FÜR sie

Die richtige Feriengarderobe für Sie

Gut ausgerüstet fürs Camping

Lernen Sie kneippen

11 2. Maiheft 1962 – 15. Jahrgang
Postverlagsort Hamburg – Einzelpr. DM 0,80
in Österreich S 6,—, in der Schweiz sfr 0,90
C 3081 D

Ein Kostüm darf in Ihrem Feriengepäck nicht fehlen. FÜR SIE gibt Ihnen im Modeteil dieses Heftes viele Tips und Hinweise für die richtige Urlaubsgarderobe. Kostüm: Braasch. Farbfoto: Rolf Bublitz.

Einsichten und Ansichten

vorwiegend heiter — teils umwölkt — aus Leserbriefen an FÜR SIE

„Eingefangen"

Ich bin schon seit vielen Jahren glücklich verheiratet, aber noch heute sprechen mein Mann und ich sehr oft von unserer ersten Begegnung.

Es war an einem Sonntag, ich fühlte mich, wie meistens am Wochenende, sehr einsam. Ein guter Film sollte mich auf andere Gedanken bringen. Der Vorfilm hatte bereits begonnen, und so steuerte ich etwas unsicher auf meinen Platz zu. Am Anfang der Reihe saß ein junger Mann, der sich erhob und mir folgte. Ich würdigte ihn keines Blickes. Kurz bevor ich meinen Platz erreichte, bemerkte ich aber, was geschehen war: der Griff meines Schirmes hatte sich in seinem Arm verfangen. Wir lachten beide herzlich und waren uns sofort zugetan.

So lernte ich meinen Mann kennen, den ich mir regelrecht „eingefangen" hatte. Noch heute besitzen wir den schicksalhaften Regenschirm.

Karin G., Stuttgart

Und wo sind Sie, liebe FÜR SIE-Leserin, Ihrem Mann zum erstenmal begegnet? Wie hat er Ihre Zuneigung gewonnen? Erzählen Sie es uns bitte einmal. FÜR SIE freut sich schon jetzt auf Ihre Zuschrift.

Eine gute Erziehungsmethode

Sicher bin ich nicht die einzige Mutter, die mit dem „Bock" ihres Kindes Bekanntschaft schließen mußte. Mein 3jähriger Junge hat mir in dieser Beziehung viel Kummer gemacht. Ich hatte alle Erziehungsmethoden angewandt, doch seine Bockigkeit wuchs von Tag zu Tag. Da besuchte mich meine Schwester überraschend und riet mir, meinen Jungen 14 Tage nicht zu beachten. Ich versuchte es und war die Ruhe selbst, wenn mein Kleiner seine „Anfälle" bekam. Ich übersah seine Ungezogenheiten ganz einfach. Nach zwei Wochen war er wirklich geheilt. Brüllen machte ihm nur Spaß, wenn jemand zuhörte. Irene A., Fulda

Der Igel

Der Opa entfachte ein prächtiges Feuer im Garten, und unsere 4jährige Enkelin Susi half ihm dabei. Plötzlich tauchte aus dem Gebüsch ein Igel auf, der sich wahrscheinlich verlaufen hatte. Unsere Kleine lief ins Haus und holte ein Schälchen Milch. Das Tier schnüffelte ein wenig daran, verschwand dann aber in großer Eile im Nachbargarten. Susi überlegte, warum der Igel das Getränk verschmäht hatte und meinte dann zuversichtlich: „Der Igel kommt bestimmt gleich wieder,

sicher will er nur seine Frau fragen, ob er etwas trinken darf."

Gisela O., Launensberg

Gutes tun ist Freude.

Tolstoi

Kleine Aufmerksamkeiten

Ich habe ein sehr hübsches kleines Haus und wohne am Rande einer Stadt. Meine Gäste — ich bekomme im Jahr sehr oft Besuch — fühlen sich immer sehr wohl bei mir. Das liegt nicht nur an der wunderhübschen Lage meines Hauses, sondern an ganz kleinen Dingen, die ich den FÜR SIE-Leserinnen einmal mitteilen möchte. Über eine neue Zeitschrift, einen Aschenbecher neben dem Sessel, frische Blumen auf dem Tisch, ein paar Kekse, Süßigkeiten oder Obst wird sich auch Ihr Gast sicher freuen. Haben Sie einmal daran gedacht? Sigrid B., Eutin

Studentinnen

Mein Bruder ist Student und erzählte mir neulich, daß von 100 Studierenden an den Universitäten der Bundesrepublik 27% weiblichen Geschlechts sind. Daran kann man doch sehen, daß sich die Frau auch die Universitäten zu erobern beginnt. Er erzählte aber auch, daß nur wenige dieser Studentinnen ihr Studium beenden und in den Beruf gehen. Es ist offensichtlich so, daß die Mehrzahl der Studentinnen heiratet und dann die Lebensaufgabe darin sieht, Frau und Mutter zu sein.

Else B., Bochum

Schwesternmangel

Meine Tochter, sie ist Krankenschwester, erzählt mir immer wieder, daß in Heimen und Krankenhäusern einzelne Abteilungen schließen müssen, da der Schwesternmangel so groß ist. Ich kann einfach nicht verstehen, daß in diesem Beruf ein so großer Personalmangel herrscht, da gerade die Krankenpflege doch eine Frau besonders ausfüllt. Vielleicht sollte man aber diesen Beruf, der so viel Idealismus und Aufopferung erfordert, besonders gut bezahlen. Luise T., Fürth

Der ideale Ehemann

Neulich las ich in einer Zeitung von einer sehr interessanten neuen Umfrage. Und zwar wurden 1000 junge Mädchen gefragt, welche Eigenschaften ihr künftiger Ehemann haben müßte. Das Ergebnis stimmte mich — ich bin 63 Jahre alt — sehr bedenklich:
56% forderten, daß er gut aussehen müßte, 41% wünschten sich ein liebevolles Wesen, 62% stehen auf dem Standpunkt, daß er gut verdienen und ihnen Sicherheit bieten müsse und — das überraschte mich sehr — 70% wollen einen Mann, der ihnen bei der Hausarbeit hilft.

Elisabeth L., Nürnberg

Die Brille

Mein kleiner 3jähriger Junge spielte sehr niedlich mit seiner Holzeisenbahn. Die Wagen wurden von ihm mit

großer Geduld immer wieder ab- und angehängt. Plötzlich klappte das jedoch nicht mehr, und er schaute mißmutig in die Runde. Dabei erblickte er Omis Brille. Kurz entschlossen setzte er sich diese auf die Nase und meinte erleichtert: „Aber jetzt wird's gehen!"

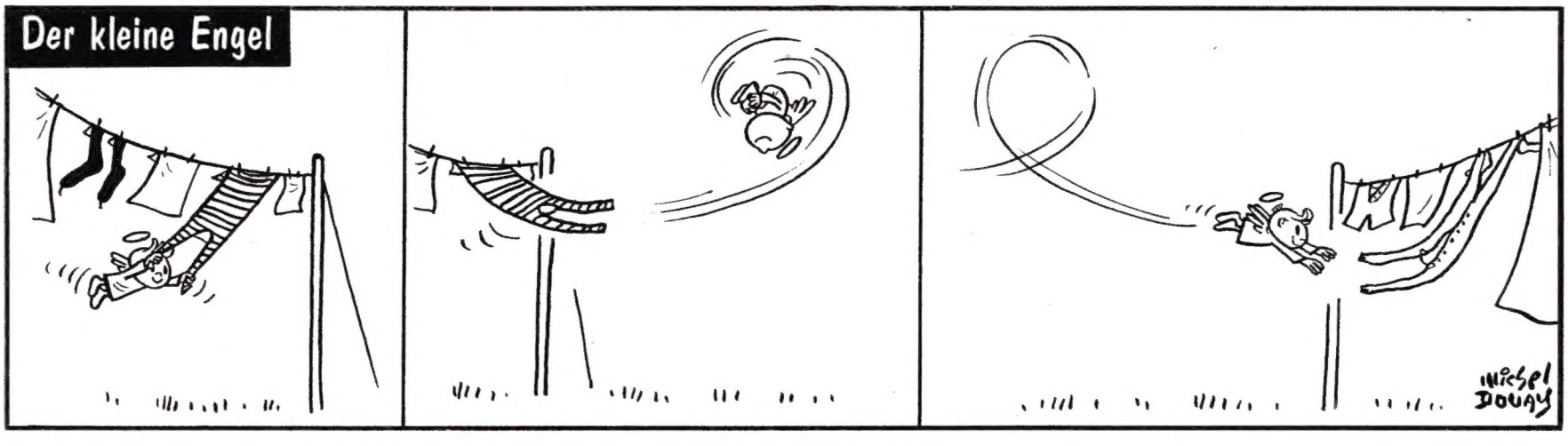
A. H., Gangkofen

---

* Und was haben Sie selbst erlebt oder gehört? Was halten Sie – Sie ganz persönlich – für gut oder schlecht, für falsch oder richtig? Auch für Geschehnisse aus Ihrem Leben, für Ihre Meinung ist auf dieser Seite stets ein Plätzchen frei, weil „Für Sie" weiß, daß jede Frau Erfahrungen und Ansichten hat, die wissenswert und nützlich sind. Darum schreiben Sie an:

FÜR SIE, Hamburg 39, Poßmoorweg 1

In Österreich: Wien 127, Schließf. 50



FÜR Sie **bringt Ihnen in diesem Heft:**

IM MODETEIL

Ihre Garderobe für die Ferien in den Bergen, am Wasser, auf dem Lande und im Süden 4/17
Die richtigen Koffer für Ihre Urlaubsreise 18/21
Die neuen Badeanzüge der Saison 22/24
FÜR SIE ganz praktisch: Verwandlungskleider und die Urlaubsgarderobe für IHN . . . 26/36

PROBLEME DES ALLTAGS

„Ich war zu oft allein" 4. Folge der Michaela-Arden-Serie „So löste ich mein Problem" . . 44/51
Hausfrauen lernen kneippen . . 52/56
Warum ist Frau Schneider so häufig krank? 66/67
Sprechstunde des Herzens . . . 106/107

UNTERHALTUNG

„Ein Herz für Martina" 73/80
Der Treffpunkt Ihrer Fernsehlieblinge 80
Bei uns zu Haus. Ein heiterer Beitrag von Manfred Hausmann . . 135
Die FÜR SIE-Geschichte: „Gestehe mir deine Liebe!" . . . 137/143
Unser großes Rätselturnier . . . 144/145

FÜR SIE - BERATUNG

Ihre Schönheit im Sommer . . . 38/43
Entdeckerfreuden an der Triestiner Riviera 58/65
Ihre Haus- und Küchengeräte . . 100/103
Erfahrungen, die andere machten 104/105
Der richtige Urlaub für IHN 4. Folge der FÜR SIE-Gesundheitsserie „Ihm zuliebe" 110/111
Glückliche Eltern – glückliche Kinder 116/118
Rechtskunde des Alltags 119
Mehr Erfolg im Garten 120/121
Wenn Rentnerinnen wieder arbeiten wollen 122/123
Mehr Freude mit Tieren 126/127
Mehr Glück mit Blumen 128/129
Ein Camping-Korb – hübsch verkleidet 154/155
Zum Selbermachen: Ein Besenschrank 156/157
Originelle Haustiere. Eine Bastelei für Jungen 158

MIT LIEBE GEKOCHT

Eine Tasse Gesundheit 82/85
Der FÜR SIE-Einkaufstip: Rhabarber und Spinat 88
Der FÜR SIE-Einmachtip: Rhabarber und Erdbeeren . . . 89
Im Freien serviert 90/93
Rasch gekocht mit Würstchen . . 94/99

IM WOHNTEIL

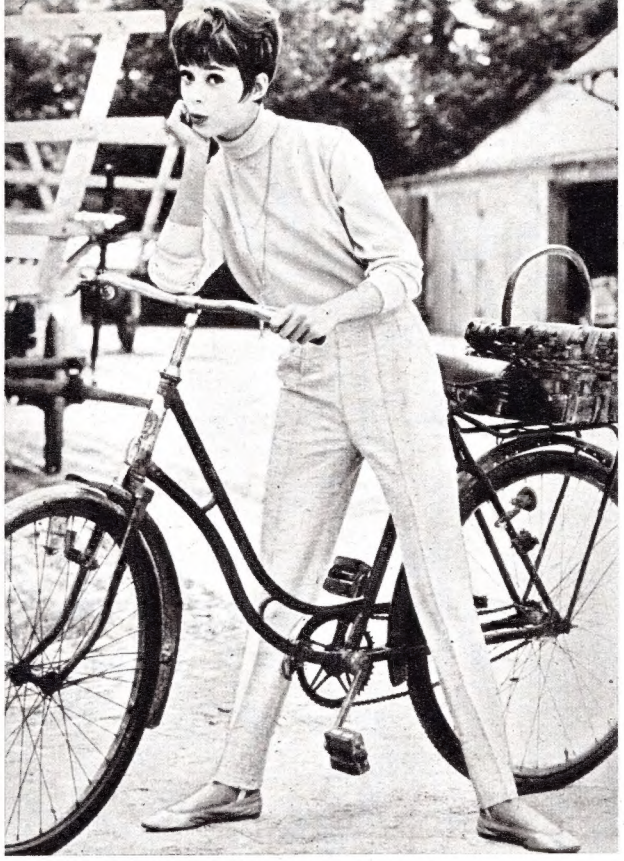
Neue Ideen fürs Camping . . . 160/162
Eine Einzimmerwohnung – praktisch eingerichtet 166/169
Lauschige Plätze hinter Gartenzäunen 170/171

Heft 11 1962

Lesezirkelleser bitten wir, aus den Anzeigen keinen Gutschein auszuschneiden, sondern jeweils eine Postkarte zu verwenden.

FERIEN

werden in diesen Tagen groß geschrieben! Kluge Hausfrauen werden Vorfreude und Vorplanung miteinander verbinden, um die kommenden Urlaubstage auch „modisch" sorgenfrei zu gestalten. Einen Wegweiser für die Feriengarderobe finden Sie auf den kommenden Seiten . . . (Unser Auftakt: ein Strandanzug aus Italien.)



FERIEN

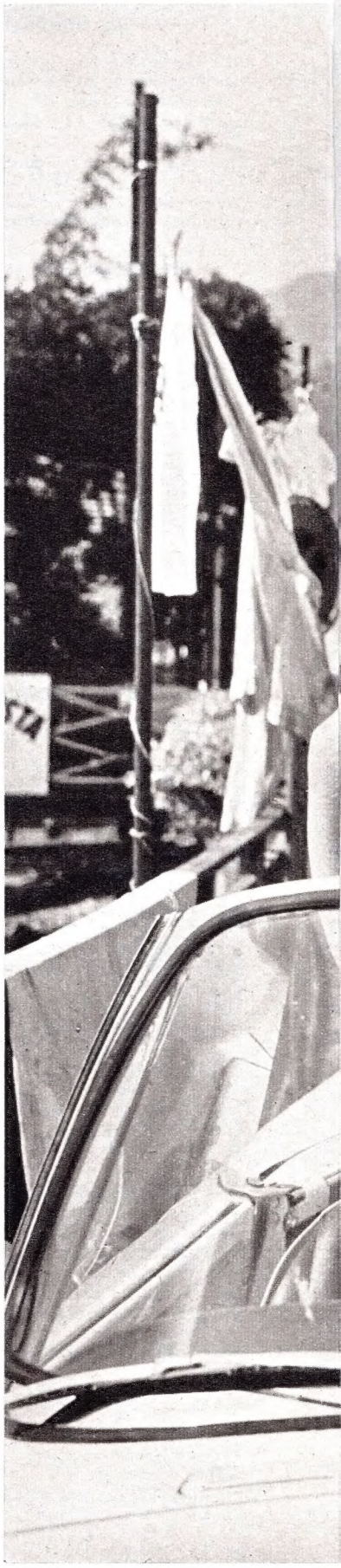
mit FÜR SIE geplant...

A Ferien in den Bergen S. 6-7

B Ferien im Süden S. 8-9

C Ferien am Wasser S. 10-13

D Ferien auf dem Land S. 14-17



Mit dem FAHRRAD in die Ferien zu fahren, ist sehr gesund. Es ist bei vielen wieder beliebt, schon wegen der schlanken Linie. Der ideale Reiseanzug: Die Hose aus elastischem Helanca (Fausel), eine Hemdbluse, Pulli, Kopftuch und als Wichtigstes: Schuhe, in denen auch der pflastermüde Fuß Halt hat!

Mit dem SCHIFF reisen, das heißt: eine vielseitige Garderobe einpacken! Hosen und ein salopper Pulli (hobbydress) für den Aufenthalt an Deck, dazu ein Popelinemantel mit ausknöpfbarem Wollfutter. Sportschuhe, Wolltuch oder Mütze nicht vergessen! Außerdem 2—3 elegante Kleider und auch ein Cocktailkleid.

Mit dem AUTO sind heute die meisten Urlauber unterwegs. Erfahrungsgemäß ist ein leichter Pullover gerade die richtige Reisekleidung (die abgebildeten Porolastic-Modelle sind aus leicht waschbarem Helanca). Unser Tip für Sie: Eine Bluse aus knitterfreiem, schnell trocknendem Nyltest ins Handgepäck legen!

Mit dem ZUG reisen, da gilt es, ein Reisekostüm zu finden, das man nach Möglichkeit auch als Kombinationsmodell am Urlaubsort verwenden kann. Wie z. B. dieses dreiteilige Pepita-Kostüm (Erle-Modell). In die Handtasche gehört außer Waschzeug eine leichte Bluse zum Wechseln für lange Reisen.

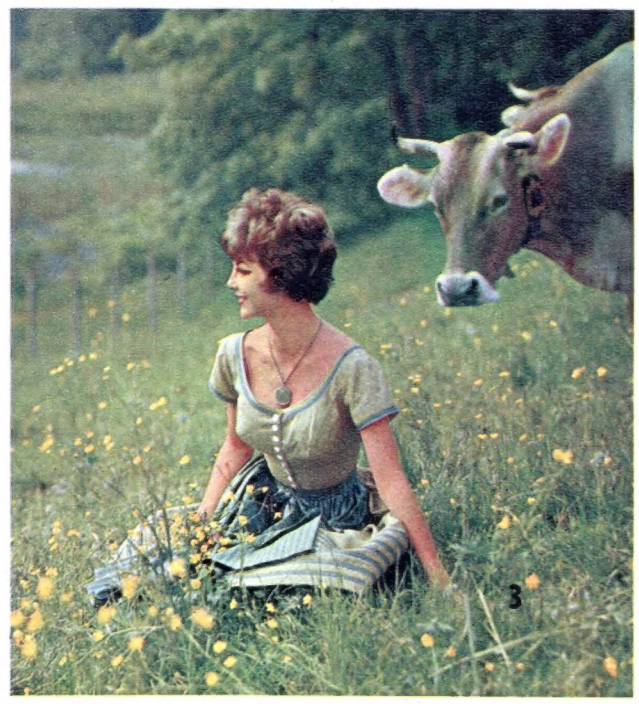
Ein guter Rat für alle, die in diesen Wochen ihren Urlaub planen: Inspizieren Sie rechtzeitig Ihren Kleiderschrank (und zwar mit Bleistift und Papier), und stellen Sie eine Liste der Kombinationsmöglichkeiten zusammen. Wenn noch etwas fehlt oder ergänzt werden muß, studieren Sie unseren Modeteil mit seinen Einkaufstips und Modellen zum Nachschneidern oder wenden Sie sich mit Ihren modischen Sorgen an uns! — Eine Übersicht, die es Ihnen leichter macht, die ideale Feriengarderobe zusammenzustellen, finden Sie auf Seite 18/19.

Ganz gleich, wohin Sie in diesem Jahr reisen, hier finden Sie modische „Koffer-Tips" für ungetrübte Urlaubsfreuden ▶

FERIEN

in den Bergen

sind doppelt schön, wenn man dazu passend angezogen ist. 1. Hier ein fesches Dirndl aus knitterarmer Baumwolle. (B. 80 cm Br. 3,50 m zum Kleid, 0,80 m zur Schürze / Gr. 42-46) B 2443



2. Appetitlich frisch wirkt das duftige weiße Blüschen zu dem Uni-Dirndlrock mit passender Schürze. (Bei 80 cm Br. 2,30 m f. R., 1 m f. Spenzer, 2 m f. Bl. u. 0,80 m z. Sch. / Gr. 40-44) A 2444

---

3. Reizend und sehr praktisch ist dieses schlichte Dirndl mit dem großen Ausschnitt und der Litzengarnierung. (Bei 80 cm Breite 3,50 m zum Kleid, 0,80 m zur Schürze. / Gr. 38-42) A 2445

Stoffe und Modelle:
Franz M. Rhomberg, Dornbirn.

FERIEN
im Süden

1. Aus gelbem Leinen ist diese kleine Strandbluse mit dem Fältcheneinsatz. (Bei 90 cm Br. 1,70 m zur Bluse B 2446 und 2,20 m zur Hose / Größe 38-42) B 2447

2. Korrekt angezogen ist man mit diesem Strandanzug aus gemustertem Indanthren-Stoff. Zur 3/4-langen Hose gehört eine ärmellose Bluse und eine Jacke. (Bei 90 cm Breite 5,50 m / Größe 42-44) A 2448

3. Für junge Damen eignet sich diese Strandkombination aus NINO-Diolen-Popeline. Zum kurzen Höschen ein gerader Kittel mit angekraustem Volant. (Bei 90 cm Breite 2,75 m / Größe 38-42) A 2449

---

4. Weiß-gelb gestreifte NINO-Popeline ist das Material für das einfache, kleine Hemdblusenkleid ohne Kragen. Die Knopfleiste ist schräggeschnitten. (Bei 90 cm Breite 4,00 m Stoff / Gr. 40-44) A 2450

---

5. Sehr luftig ist dieses rückenfreie Sommerkleid aus knitterfreiem Minicare-Batist. Der Schnitt ist überzeugend einfach und darum leicht nachzuarbeiten. (Bei 90 cm Br. 2,25 m / Gr. 38-42) A 2451

Hüte: Mayser Fotos: H. W. Claussnitzer

FÜR Sie MODELLE

1

FERIEN
am Wasser

1. Originell ist die schmale Hose aus naturfarbener, handgewebter reiner Seide mit Ledergürtel, dazu eine farblich abgestimmte Bluse und eine saloppe Jacke / Modell: „hobbydress“.

---

2. Wie wär's mit solch einem luftigen, vorn durchgeknöpften Kleid? Darunter wird ein ganzteiliger Luftanzug getragen. Kombination aus reiner Baumwolle von Fa. „hobbydress“.

---

3. Flott und praktisch ist diese längsgestreifte Badejacke aus Frottee. Interessant der kleine Reverskragen und die Schlitze in den Ärmel- und Seitennähten / Modell: Alfred Böhm.

---

4. Praktisch und leicht durch einen Rock zu ergänzen: ein ganzteiliger Anzug aus weißem Trevira mit breitem, farblich kontrastierendem Gürtel / Modell: Heller & Ponwenger.

---

5. Auch für kühle Tage sollen Sie an der See gerüstet sein. Zur schmalen Helanca-Hose ist dieser sportliche Kurzmantel (in sechs Farben erhältlich) sehr schick / Modell: Valmeline.

---

6. Zu diesem bleu-weiß gestreiften Segelanzug mit langen Hosen und 3/4-Gürtel gehört die weiße Jacke (Bild links außen) mit Matrosenkragen / Modell von Fa.„hobbydress“.

2

3

4

5

6

... mit farbenfreudiger Strandmode

FERIEN

am Wasser

1

1. Diese baumwollene Hemdbluse mit dem festgeknöpften Kragen und zwei aufgesetzten Taschen wird mit einer farblich abgestimmten Hose oder einem Rock im gleichen Dessin wie die Krawatte kombiniert / Modell: hobbydress.

---

2. Sehr praktisch und bequem ist dieser originelle Matrosenanzug mit der neuartigen Strandhose. Besonders schick für junge Leute sind die nach unten erweiterten Hosenbeine — für kühle Tage am Wasser / Modell: Hans Hermann.

---

3. Lebensfreude und viel Vergnügen am nassen Element strahlen diese drei modernen Strandnixen aus. Die blau-weiß gestreiften Klubjacken sind geschmackvoll mit Leinenhosen kombiniert / Modell: Goldstart.

Die hier gezeigten Modelle wählten wir für Sie aus der Modellauswahl der Deutschen Konfektion aus. Sie sind alle im Handel und in diesen Tagen im Schaufenster zu sehen. / Aufnahmen: Lautenbacher und G. Them.

2

FERIEN
auf dem Lande

können reizvoll und erholsam zugleich sein. Die Kleidung sollte sich der ländlichen Umgebung anpassen und wie unsere hier gezeigten Modelle aus einfachen und leicht zu pflegenden Stoffen sein. Wer Lust hat, seine „ländliche" Feriengarderobe selbst zu schneidern, findet auf der Seite 19 die geeigneten Modelle.

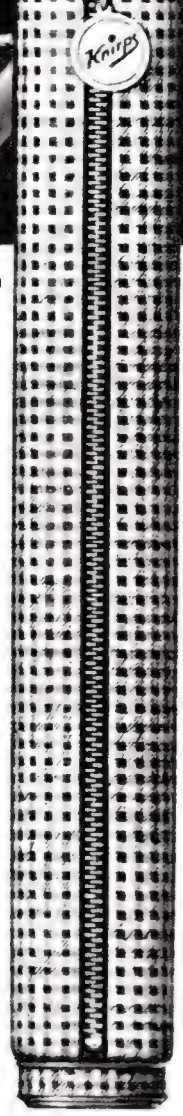
2. In vielen Farben, vor allem aber in den Lieblingsfarben des Sommers — Rot, Grün und Blau — gibt es dieses einfarbige sportliche Popeline-Kleid mit dem leicht ausgestellten Rock. Die weißen Steppnähte als einziger Schmuck machen den ganzen Reiz des Kleides aus / Modell: Rainer Wolf.

1. Für heiße Tage gedacht ist dieses gerade geschnittene, ärmellose Sommerkleid mit dem kleinen ovalen Ausschnitt. Auch dieses Kleid wirkt durch den großzügig gemusterten Stoff, einem weiß-grünen Leinendruck. Es kann mit, aber auch ohne Bindegürtel getragen werden / Modell: Rainer Wolf

---

3. So recht passend für Ferientage auf dem Lande ist dieses jugendliche Sommerkleid. Das dunkel gehaltene Oberteil kontrastiert mit dem interessanten schräggestreiften Rock. Einfach im Schnitt, wirkt das Kleid reizvoll durch die interessante Stoffzusammenstellung / Modell: Heller & Ponwenger, München

Ein ständiger Begleiter in aller Welt



Damen Auto-Knirps

Hier ist ein Schirm, er komplettiert den Autodreß der Dame. Der „Auto-Knirps" gehört in jedes Auto. Vom und zum Parkplatz, überall ist er Ihr zuverlässiger Begleiter – in Form und Farben stets aktuell – im Stil der international gültigen Mode.

Achten Sie auf den roten Punkt – das international gültige Erkennungszeichen für jeden echten „Knirps"

Knirps

Damen
Auto-Knirps

„Knirps" – der meistgekaufte Taschenschirm der Welt

FERIEN
auf dem Lande

1. Rot-blau-grün kariert ist der praktische zweiteilige Baumwollanzug mit dem „button-down"-Kragen. Die nabelfreie Hose in der bekannten und praktischen Bermuda - Länge.

2. Feinstes Waschleder ist das Material dieser Herrenjacke im Hemdblusenstil, die Shorts sind aus Baumwolle. Die Dame daneben im luftigen Blüschen sahen Sie bereits auf Seite 11.

3. Vielseitig zu verwenden ist dieser braun-grün-rot karierte Anzug mit durchgehendem Reißverschluß, großen Taschen und Bundhose, die mit einem Strickbund unter dem Knie abschließt.

Alle Modelle sind Freizeitkleidung der Firma „hobbydress" und können auch in anderen Farben geliefert werden. Fotos: Walter Lautenbacher, Stuttgart.

CHIC IN DER FREIZEIT MIT NINO-FLEX

Freizeitanzug aus echt NINO-FLEX. Von WIMMERS. Sportlich, luftig, bequem. Zweiteiliges *Kleid* von DORETTE aus NINO-IRIX. Mit aktuellem asymmetrischem Oberteil, geraden Dreiviertelärmeln und schmalem Rock. - Leicht, 'atmungsaktiv', strapazierfest, knitterresistent. Hervorragende Trageigenschaften und Formbeständigkeit durch DRALON. - Bezugsquellen für diese Modelle über NINO-Modedienst Nordhorn.

Ein Stoff von NINO – ein guter Stoff! NINO

FÜR sie MODELLE

FERIEN

mit praktischen FÜR SIE-Modellen

Nichts kann auch die schönste Ferienlaune so schnell verjagen wie die Feststellung: Ich habe nichts anzuziehen! Das kann leicht passieren, selbst wenn der Koffer noch so voll ist. Darum stellen Sie zuerst eine Grundgarderobe zusammen. Je nach Ihrem Reiseziel finden Sie unter A, B, C und D zweckmäßige Kleidung, die Sie untereinander kombinieren können. Sicher brauchen Sie nicht alles neu anzuschaffen, oft genügt es, an Ihrer vorhandenen Kleidung ein neues Oberteil anzusetzen oder sie durch modische Shorts oder ähnliches zu ergänzen. Wenn Sie unsere Vorschläge befolgen, alles rechtzeitig planen und wohlüberlegt Ihre Koffer packen, dann können Sie ganz sicher sein, daß ungetrübte Ferienfreuden auf Sie warten.

Strandkleid (B. 90 cm br. Stoff mit Abseite 3,50 m, Gr. 40—44) B 2452. Ferienanzug f. H. (B. 90 cm Br. 3,20—3,50 m, Gr. 48—52) B 2453.

B 2452

B 2453

A

Ferien in den Bergen: Hemdbluse (B. 90 cm Br. 2,50 m) A 2454. Hosenrock (Bei 140 cm Br. 1,50 m) A 2455, beides Gr. 40—44.

Das mit Steppnähten verzierte Hemdblusenkleid können Sie auch zweiteilig arbeiten. (Bei 90 cm Br. 3,50 m, Gr. 40—44) A 2456.

Praktisch zu kombinieren und jugendlich ist dieses schlichte Kostüm aus Lodenstoff. (Bei 140 cm Breite 1,50 m, Gr. 40—44) A 2457.

A 2454
A 2455

A 2456

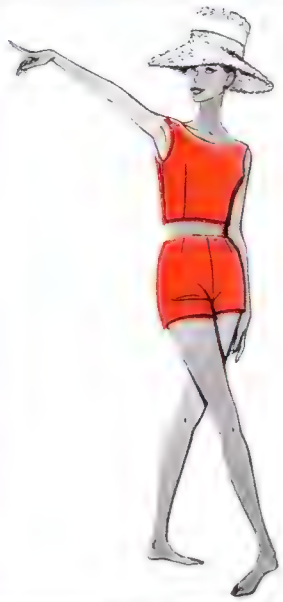
A 2457

B

Ferien im Süden: Wie wäre es mit diesem dezenten, zweiteiligen Strandanzug in Schwarz? (Bei 90 cm Breite 1,60 m, Gr. 38—42) B 2458.

Apart ist dieses schlichte Blüschen aus Stickereistoff, das hier durch lange Hosen ergänzt wird. (B. 90 cm Br. 1,50 m, Gr. 38—42) A 2459.

Aus Jumper und Faltenrock besteht das weiße Ferienkleid, das sich gut kombinieren läßt. (B. 90 cm Br. 4—4,20 m, Gr. 38—42) B 2460.



B 2458

A 2459

B 2460

C

Ferien am Wasser: Auch wenn Sie nicht gertenschlank sind, können Sie diesen hübschen ganzteiligen Anzug tragen. B 2461.

Nur einen Rock über den Anzug gezogen, und schon haben Sie ein flottes Strandkleid. (Bei 90 cm Br. 3,50 m, 50 cm uni, Gr. 40—44) B 2461

Auch die schicke Manteljacke mit verdecktem Verschluß können Sie selber leicht nacharbeiten. (B. 140 cm Br. 2 m, Gr. 40—44) B 2462.

B 2461

B 2461

B 2462

D

Ferien auf dem Land: Praktisch ist dazu das karierte Blusenhemd mit langen Hosen. (Bei 90 cm Breite 2,50 m, Gr. 38—42) A 2463.

Kleidsam und sehr praktisch ist das dreiteilige Dirndlkleid. (B. 90 cm Br. 1,50 m für Rock, 1 m f. Spenz., 1,80 m f. Bl., Gr. 38—42) A 2464

Für vielerlei Gelegenheiten passend ist dieses ärmellose Sommerkleid mit runder Blende. (B. 90 cm Br. 3,50 m, Größe 38—42) A 2465.

A 2463

A 2464

A 2465

man trägt TREVIRA

Man trägt TREVIRA gern
wegen seiner modischen
Vielfalt und weil es so viele
gute Eigenschaften hat:
leicht zu pflegen, knitterarm
und stets elegant.
Man trägt aus TREVIRA:
Mäntel, Kostüme, Röcke, Blusen,
Unterwäsche, Mieder und Schals.
TREVIRA gibt es in
vielen Stoffarten, modischen
Farben und Mustern und vielen
Qualitäten - daher auch in
verschiedenen Preislagen.

TREVIRA® HOECHST

Auskünfte durch den TREVIRA-Dienst BT 721 der Farbwerke Hoechst AG., Frankfurt (M)-Hoechst

A Ferien in den Bergen

B Ferien im Süden

C Ferien am Wasser

D Ferien auf dem Lande

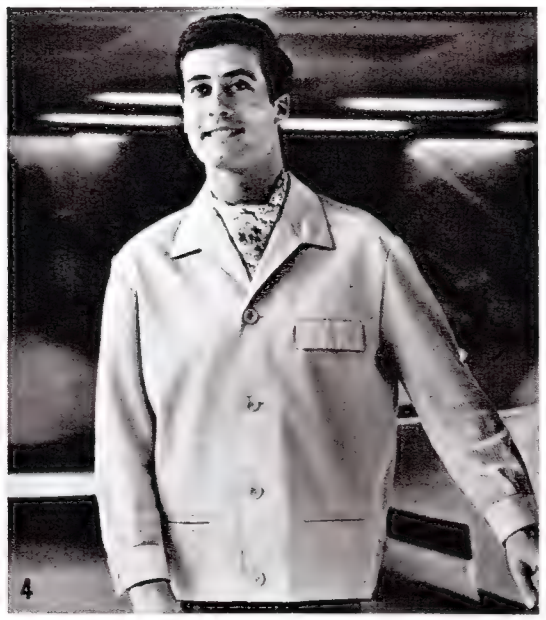
FERIEN

1 + 2. Dieses Cape aus reinwollenem Chargill-Garn ist ein herrlich wärmendes Kleidungsstück im Trachtenstil. Modell: Hufenbach. — Er trägt einen Walkjanker im modischen Jacquard, farblich fein abgestimmt / Modell: März.

1

2

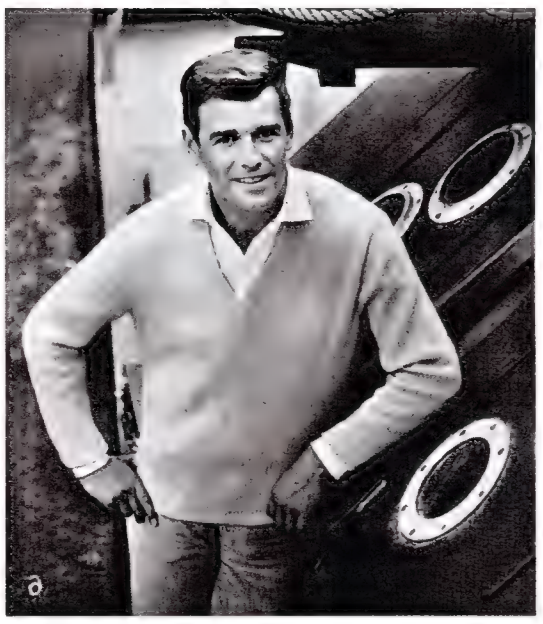
3


4

3 + 4. Sie trägt zu einer schicken langen Hose eine elegante Helanca-Bluse mit 1/4-Arm, praktisch und leicht waschbar. / Modell: Poroplastic. — Für ihn gibt es eine aparte Bleyle-Neuheit: Eine sportliche Jacke aus Baumwoll-Gabardine, Ärmel und Rükken sind aus Fil d'Ecosse gearbeitet.

5 + 6. Für die schneidige Segelfahrt hat sie sich einen zünftigen Anzug gekauft. Schneeweiß ist die fesche Hose, und schneeweiß ist die sportliche Jacke. — Auch er ist zünftig gekleidet: Zur leichten Sommerhose trägt er einen grobgestrickten Pullover mit V-Ausschnitt. / Modelle: Falke

5


6

7

8

7 + 8. Beim Bummel durch Wald und Feld trägt sie einen Pulli aus feinem Baumwollgarn mit seidigem Glanz. Das aparte Dessin macht seinen Reiz aus. Und ihm gefällt diese praktische, saloppe Jacke. Das Maschenbild ist glatt und läßt das flauschige Material gut zur Geltung kommen. / Modelle: Milz & Karg. Alle Modelle im Handel.

Warme Jacke handgestrickt

Praktisch ist die hochgeschlossene Strickjacke aus Noppenwolle mit dem hübschen durchgehenden Zopfmuster. Die Schnittübersicht ist nur für Gr. 38, die Strickanleitung auch für Gr. 40 und 42. Anleitung und Übersicht erhalten Sie auch einzeln gegen Einsendung von DM 0,40 in Briefmarken von unserer Schnittmusterabteilung, Hamburg 39, Poßmoorweg 1. Nr. 251.

FÜR sie MODELLE

Arbeitsanleitung für Gr. 38-42

Die Maschenangaben für die Größen stehen in der Reihenfolge z. B. 80—83—86
Oberweite: 92, 96, 100 cm. Material: 14, 16, 17 Knäuel Wolle (je 25 Gramm von Patons Beehive Boublet). Maschenpr.: 30 M. im Muster mit Nadeln Nr. 2½ = 10 cm. **Muster:** 1. Reihe: 2 M. li., + 4 M. re., 2 M. li., ab + wiederh. 2. R.: + 2 M. re., 4 M. li., ab + wiederh., enden mit 2 M. re. 3. R.: wie 1. R. 4. R.: wie 2. R. 5. R.: wie 1. R. 6. R.: wie 2. R. 7. R. 2 M. li., + die 3 M. der 1. Nadel re. stricken (nicht verschränkt) hinter der 1. u. 2. M., die M. auf der linken Nadel stehenlassen u. die 1. u. 2. M. re. str., danach die M. von der linken N. gleiten lassen; 1 M. re., 2 M. li., ab + wiederholen. 8. R.: wie 2. R. 9. R.: wie 1. R. 10. R.: wie 2. R. 11. R.: wie 1. R. 12. R.: wie 2. R. 13. R.: 2 M. li., + 1 M. re., die 3. M. der linken Nadel re. stricken vor der 1. u. 2. M., die M. nicht gleiten lassen; die 1. u. 2. M. re. str., danach die M. von der linken Nadel gleiten lassen; 2 M. li., ab + wiederh. Ab der 2. Reihe wiederholen. **Rücken:** 140, 146, 152 M. anschlagen auf N. Nr. 2. 4 cm hoch 1 M. re., 1 M. li. str. Mit Nadeln Nr. 2½ im Muster bis zu 35—35—36 cm Höhe str. Beidseitig 4, 3, 2, 1, 1, 1—4, 3, 2, 1, 1, 1—4, 3, 2, 2, 1, 1, 1 M. abk. Bei 54—55—56 cm Höhe für jede Schulter zuerst 3mal 10 M. abk., danach 1mal 6—9—9 M. Beim 2. Schulterabk. gleichz. die mittl. 24—24—26 M. abk. u. jede Seite für sich weiterstr. Am Halsausschn. 5, 5 M. abk. Die 2. Seite gegengleich str. **Linkes Vorderteil:** 80, 83, 86 M. anschl. Mit Nadeln Nr. 2 Kante 4 cm hoch 1 M. re., 1 M. li. str. 12 M. an der Vorders. auf Hilfsn. legen. Mit N. Nr. 2½ im Muster 35—35—36 cm hoch str. Für Arml. 5, 4, 3, 2, 2, 1, 1—5, 4, 3, 2, 2, 1, 1—5, 4, 3, 3, 2, 1, 1, 1 M. abk. Bei 49—50—50 cm Höhe für Halsausschn. 5, 4, 3, 1, 1—5, 4, 3, 1, 1—5, 4, 3, 2, 1 M. abk. Bei 54, 55, 56 cm Höhe die Schulter schrägen wie im Rücken. **Rechtes Vorderteil:** gegengleich. Das 1. Knopfl. in die Mitte des Bundes str. Für jedes Knopfl. 5 cm von der Kante 3 M. abk. Wenn der Bund 4 cm hoch ist, 12 M. an der Vorderkante auf Hilfsnadeln leg. **Ärmel:** 56, 56, 58 M. anschl. auf N. Nr. 2 u. 6 cm hoch 1 M. re., 1 M. li. str. 6, 6, 4 M. verteilt in der letzten Reihe zunehmen. Mit Nadeln Nr. 2½ im Muster weiterstr. Beidseitig 1 M. zunehm., jeden 1½ cm, 24—25—26mal (110—112—114 M.). Bei 42—43—44 cm Ärmell. 4 M. abketten am Beginn der 2 folg. Reihen, 3 M. abk. am Beg. der 4 folg. Reihen nochmals 2 M. am Beg. der 4 folg. Reihen; danach 1 M. abk. beids. jeder 2. Reihe bis 44 M. verbl., 4 M. abk. am Beginn der 2 folg. Reihen, die übrigen M. auf einmal abk. **Vorderkanten:** Die M. der link. Vorderk. aufn., 1 M. anschl. an der Innens. für die Naht und diese M. re. str. bis oben, die restl. M. in 1 M. re., 1 M. li. str. bis zum Halsausschn. Die M. liegenlassen und die Vorderk. an das Vordert. nähen. Die re. Vorderk. gegengl. str. und noch 5 Knopflöcher einstr. Das letzte Knopfl. wird gerade vor dem Halsausschn. eingestr. **Ausarbeitung:** Die Teile etwas spannen und leicht dämpfen. Nähte schließen. **Kragen:** Die M. der re. Vorderk. aufnehmen und 5 M. am Halsausschn., wend. u. in 1 M. re., 1 M. li. zurückstr. auf den M. der Vorderk. Wenden, 18 M. 1 M. re., 1 M. li. str., 6 M. neu aufn. wenden, 1 M. re., 1 M. li. zurückstr. Immer 6 M. neu aufn. noch 4mal, die M. aufn. bis zur Schulternaht. Danach 38 M. aufn. bis zur li. Schulter. und die 86 M. liegenlassen. Die li. Seite gegengl. str. Danach alle 134 M. in 1 M. re., 1 M. li. weiterstr., bis der Kragen in d. hint. Mitte 8 cm hoch ist. Den Kragenrand wie folgt str.: die hint. Kragenm. bezeichnen. An der li. Seite beginnen: × die 1. M. re. abheb., 1 M. re., 1 M. li., 1 M. re., 1 M. li., 1 M. re., 1 M. li. (= 7 M.), die nächste M. re. abheben, 2 M. re. zus. str., die abgehobene M. überziehen, wenden, die überzogene M. li. abheben (mit dem Faden an der Vorders. der Arbeit = Kragenunters.) die M. in 1 M. re., 1 M. li., str., wenden, ab × wiederholen bis zur hinteren Mitte. Die M. liegenlassen. Beginnen an der rechten Seite, auf der Kragenunters. wie folgt str.: ×× die 1. M. re. abheben, 1 M. li., 1 M. re., 1 M. li., 1 M. re., 1 M. li., 1 M. re., 3 M. li. zusammenstr., wenden, die überzogene M. re. abheben, mit dem Faden hinter der Arbeit (= Unterseite), die M. im Maschenbild str., ab ×× wiederholen bis zur hinteren Mitte, die Teile zusammennähen, die Nähte leicht dämpfen und Knöpfe annähen.

Beglückende Nachricht für alle Frauen,
denen wertbeständige Strumpf-Eleganz wichtig ist:
jetzt keine Laufmaschen mehr!

Auf dieses Gütezeichen kommt es an!

Sie erhalten den neuesten und aufregendsten aller ERGEE-Strümpfe – den im Gebrauch garantiert laufmaschensicheren ERGEE nahtlos LS in guten Fachgeschäften und Strumpf-Spezialabteilungen. Wo immer und wann immer Sie diesen sensationellen ERGEE-Strumpf verlangen, achten Sie auf das LS-Gütezeichen. Denn nur für Strümpfe mit diesem Zeichen übernimmt ERGEE die Garantie für

Laufmaschensicherheit im Gebrauch.

Ergee

nahtlos LS

GARANTIERT LAUFMASCHENSICHER IM GEBRAUCH
LS

GARANTIE: Sollte in dem ERGEE nahtlos LS nach beliebig langer Tragdauer doch eine Masche laufen, dann ersetzen Ihnen die ERGEE Feinstrumpfwerke dieses Paar kostenlos. Diese Garantie bedeutet Sicherheit für Sie. Sie wird verbürgt durch das LS-Gütezeichen.

Badeanzüge mit bunten, lebhaften Mustern

Die Badeanzüge der neuen Saison haben zwei Vorzüge: Sie sind fast so figurbetont ausgearbeitet wie Corselets, sitzen darum faltenlos und anschmiegsam und wirken fast so elegant wie kleine, anspruchsvolle Sommerkleider.

Links: Aus Helanca-Satin mit bunten Blüten auf hellem Fond wirkt dieser schlicht gehaltene Anzug mit französischem Beinschnitt sehr dekorativ. Eine dunkle Blende rahmt den Ausschnitt ein, der vorn und hinten oval ist. Modell: Triumpf

Mitte: Ein Muster à la Picasso gibt dem Anzug die interessante Wirkung. Die breit auslaufenden, angeschnittenen Träger lassen schmale Schultern breiter erscheinen. Modell: Tweka

---

Rechts: Der Badeanzug mit Halbröckchen ist nach wie vor ein Favorit unter den Badeanzügen. Die angeschnittenen Träger verlaufen im Rücken zu einem tiefgezogenen Dekolleté. Modell: Triumpf

'Dralon', eine Faser von BAYER Leverkusen, ist der moderne Rohstoff für hochwertige Textilien. Ein Pullover aus 'Dralon' ist herrlich leicht — weich und schmiegsam — formbeständig — mottensicher.

BAYER

...mein Lieblings-pullover!

so einfach zu waschen

10 A 117/70/62

Gutschein
Interessieren Sie sich für diesen Pullover? Fragen Sie doch einmal in Ihrem Textilgeschäft danach. Falls Sie ihn dort nicht erhalten können, senden Sie bitte diesen Gutschein — oder einfach eine Postkarte — an die unten angegebene Herstellerfirma. Sie nennt Ihnen gerne Geschäfte in Ihrer Nähe, die das Modell führen. Außerdem erhalten Sie **kostenlos** eine interessante Modeinformation.

F. Hovenjürgen o. H. G.
Strickwaren- und Strumpffabrik
Dülmen/Westfalen, Schloßstr. 8

Modell: 916

Wie schön, daß es wieder Mai ist und welch herrliches Gefühl, diesen zarten leichten Pulli anzuhaben! Feinstrick-Pullover aus 'Dralon'-Hochbausch – das ist ein gutes Moderezept für sonnige Sommertage – und davon wird es ja hoffentlich recht viele geben. Aber bitte achten Sie beim Einkauf auf's 'Dralon'-Etikett!

dralon®

Modische Reise-kombination

Zu den interessanten Neuigkeiten in diesem Sommer zählt zweifellos dieser großzügige und vor allem für die Reise so praktische Capemantel mit halsfernem Kragen. Er vervollständigt hier die aus vier Teilen bestehende Kombination.

Kostüm und Cape aus billardgrünem Zellwolleinen kontrastieren mit dem leuchtendroten Blümchenstoff, beides Indanthren, der zur Bluse und zum Futter verwendet wurde. (1,40 cm Br. 5 m uni, 6,20 m 90 cm br. gem. Gr. 40-44.) A 2466.

FÜR sie GANZ PRAKTISCH

Slippi

Jetzt geht man gern ohne Strümpfe ins Büro. Man kleidet sich sommerlich leicht und dennoch korrekt. Man bekommt keine „kalten Füße", wenn man stillsitzen muß, und keine heißen Füße, wenn man viel auf den Beinen ist.

Die neuen Slippi schonen Fuß und Schuh. Die Füße scheuern sich nicht wund, und das Innenleder der Schuhe wird nicht verdorben. Slippi drücken nicht, rutschen nicht und sind auch im weit ausgeschnittenen Schuh nicht zu sehen.

Machen Sie selbst einen Versuch. Überzeugen Sie sich, wie angenehm es ist, Slippi zu tragen. Fragen Sie im Strumpf- oder Schuhgeschäft nach Slippi!

Hätten Sie nicht Lust, sich dieses Komplet oder eines der anderen praktischen Modelle aus unserem Heft selbst zu schneidern? Mit den preiswerten, so gutsitzenden FÜR-SIE-Schnitten macht das Nähen wirklich Freude. Wie Sie diese Schnitte bestellen können, lesen Sie auf Seite 149.

A 2466

Kostüm mit Verwandlungs-möglichkeiten

Praktisch für den Urlaub im Süden ist dieses Kostüm aus knitterfreiem Indanthrenstoff. Zu verwandeln mit einer Pikee-Westenbluse oder einem geschickt geschlungenen Schalkragen. (Bei 140 cm Breite 2,70 m für das Kostüm und etwa 1,00 m Pikee für die Bluse und das Tuch / Größe 40-44) A 2467. Modell: Heinz Oestergaard.

Anprobieren überzeugt!

Eine neuartige Verbraucher-Aufklärung

Wohl kaum ein Kleidungsstück wird ohne Anprobe gekauft. Man will sich darin vor dem Spiegel sehen, man will prüfen und sich überzeugen, ob es einem auch steht und ob es gut sitzt.
In einer Befragung wurde festgestellt, daß 72% der Frauen und 69% der Männer, die ein neues Kleidungsstück kaufen wollen, Wert auf ausführliche Beratung durch das Verkaufspersonal legen. Es wurden drei „Einkaufstypen" festgestellt:
Die einen kaufen wohlüberlegt nach Plan und System, die anderen spontan, was ihnen gerade gefällt; die meisten aber scheuen sich zunächst, das Personal mit einer Anprobe zu bemühen und gehen unentschlossen von Schaufenster zu Schaufenster.

Hier hat der ‚Diolen'-Dienst nun einen interessanten neuen Weg gefunden. Jeder, der sich für ein Kleidungsstück aus dem neuen komfortablen Material ‚Diolen' interessiert, kann unverbindlich in den Geschäften ‚Diolen' anprobieren, um sich selbst ein Urteil zu bilden.

In einem großen Aufklärungsfeldzug werden die Verbraucher in Zeitungen und Zeitschriften, im Fernsehen, mit Prospekten etc. über die neuen Trage- und Pflegeeigenschaften von ‚Diolen' unterrichtet und aufgefordert, sich nunmehr durch eine unverbindliche Anprobe selbst davon zu überzeugen, denn: „Anprobieren überzeugt!"
Der Käufer ist also „vorinformiert" und konzentriert sich auf die Anprobe, für das Verkaufspersonal des Einzelhandels bedeutet das eine große Erleichterung in seiner oft mühevollen Beratungstätigkeit. ‚Diolen'-Kunden werden in den Geschäften bereits erwartet und gern bedient. Im Vertrauen gesagt verkaufen die Textil- und Modegeschäfte ‚Diolen' ganz besonders gern, denn ‚Diolen'-Kunden sind zufriedene Kunden. Sie kommen immer wieder. Bei ‚Diolen' kann man ganz sicher sein: „Anprobieren überzeugt!"

25-Stunden-Woche für die Hausfrau

„Elektrotechniker arbeiten nur noch 25 Stunden pro Woche" — vorerst allerdings nur in Amerika. Mehr Freizeit wird aber auch bei uns gefordert, mehr Urlaub, mehr Sport, mehr Hobbys und längeres Wochenende. Ebenso meldet nun die Frau von heute ihre Forderung an: „So wenig Arbeit wie möglich!" Bei der Garderobe ihrer Familie zum Beispiel wünscht sie sich müheloses Waschen, schnelles Trocknen und Befreiung vom lästigen Bügeln. Dabei erwartet sie gepflegte Eleganz und tadelloses Aussehen der Kleidung sozusagen im Dauerabonnement.
Unerfüllbare Wünsche? Keineswegs! Die moderne Textilfaser ‚Diolen' erfüllt sie. Ob in Mischungen mit Schurwolle, Baumwolle oder anderen Naturfasern, stets bringt ‚Diolen' zum gepflegten Aussehen noch jenen verläßlichen Trage- und Pflegekomfort mit, der der Frau von heute soviel zeitraubende Arbeit erspart und auch sie nun in den Genuß der „verkürzten Arbeitszeit" bringt.

anprobieren überzeugt

Muß das sein?

...so fragt man unwillkürlich, wenn jemand sein schickes Strickkleid so schlecht behandelt. Normalerweise knüllt und zerrt ja auch kein Mensch so feine Strickwaren, aber – bei Kleidern und Pullovern aus DIOLEN HELANCA-SET kann man es getrost, ohne daß sich Form und Aussehen auch nur im geringsten verändern.

DIOLEN HELANCA-SET ist die moderne Strickkleidung neuen Stils, die man in die Waschmaschine geben, einfach und schnell auf dem Kleiderbügel trocknen oder in das letzte freie Eckchen des Koffers pressen kann. Sie bleibt stets formbeständig, glatt und elegant. Außerdem ist sie federleicht und besonders angenehm auf der Haut. Ob man sich nicht auch ein so leicht zu pflegendes Strickkleid oder einen der feinmaschig-eleganten Pullover aus DIOLEN HELANCA-SET gönnen sollte?

Jeden Morgen frisch und jeden Abend noch schöner!

Jeden Tag ein frisches Hemd — wer möchte das nicht? Nun, wir haben uns überzeugt, daß ‚Diolen' einen derartigen Hemdenkomfort vorbildlich bieten kann. ‚Diolen'-Hemden lassen sich nämlich einfach von Hand oder mühelos mit der Maschine waschen, und wenn dies ohne Wringen oder Schleudern sachgemäß geschieht, ehe das Hemd tropfnaß auf einen Plastikbügel gehängt wird, dann ist Bügeln überflüssig: Glatt und frisch können Sie Ihr ‚Diolen'-Hemd am nächsten Tag wieder anziehen.

Das feine Gewebe aus ‚Diolen' mit gekämmter Baumwolle ist seidenweich in Glanz und Griff, sympathisch für jede Haut und angenehm bei jeder Temperatur, dazu von einer langen Lebensdauer — wirklich ein Hemd für Anspruchsvolle, das sich rasch bezahlt macht! Von allen herkömmlichen Hemden unterscheiden sie sich dank der verblüffenden Tatsache, daß sie sich durch die Körperwärme beim Tragen noch weiter glätten, so daß man im Hinblick auf das tadellos glatte Aussehen eines ‚Diolen'-Hemdes von ihm behaupten kann:

Abends ist es noch schöner als morgens!

Neue Rock-Silhouette

Bei der Mode heißt es jetzt, auf die neue Rockform des Jahrgangs 62 zu achten, wenn man aktuell sein will. Statt der engen Schläuche trägt man nun Röcke mit tiefen, aufspringenden Falten. Früher mußte das Bügeleisen manche Sonderschicht fahren, wenn gerade eine Faltenmode „dran" war. Heutzutage trägt man ‚Diolen', und das Bügeleisen kann in Pension gehen, weil es ja bei ‚Diolen' kein Nachbügeln der Falten gibt. Sie sind permanent oder – wie es fachgerecht heißt – „thermoplastisch fixiert" und bleiben nach Wäsche oder Regen stets tadellos. ‚Diolen' ist also wie geschaffen für die neue Modelinie 1962.

Wachsam sein beim Gardinenkauf!

Um eine gleichbleibende Qualität der Erzeugnisse zu gewährleisten, die mit dem Warenzeichen ‚Diolen' der Vereinigte Glanzstoff-Fabriken AG, Wuppertal-Elberfeld, versehen werden dürfen, führt Glanzstoff laufend Qualitätskontrollen durch.

Daß in Fällen der Verletzung des ‚Diolen'-Warenzeichens von seiten der Vereinigte Glanzstoff-Fabriken AG tatsächlich eingeschritten wird, zeigt eine kürzlich ergangene Gerichtsentscheidung gegen eine Regensburger Handelsfirma, die unter dem Markennamen ‚Diolen' Gardinen verkauft hatte, die in Wirklichkeit nicht aus ‚Diolen' waren.

Das Landgericht Wuppertal hat dieser Firma durch eine einstweilige Verfügung unter Androhung von Geld- und Haftstrafe untersagt, im Geschäftsverkehr das Wort ‚Diolen' warenzeichenmäßig für Gardinen zu verwenden, die nicht vollständig aus der Polyesterfaser ‚Diolen' hergestellt sind. Die betroffene Firma hat hiergegen keinen Widerspruch eingelegt.

Welches Haarspray bevorzugen die meisten Friseure? - taft!
Welches Haarspray verwenden die meisten Frauen? - taft!
Eine Fülle hervorragender Eigenschaften
machte taft zum meistgekauften Haarspray.
Der wichtigste Vorzug aber ist und bleibt:
taft gibt der Frisur zuverlässigen Halt!

SCHWARZKOPF · HAARPFLEGE

Viel länger frisch frisiert durch taft

An der Spitze aller deutschen Haarsprays: taft grün, fettfrei, für normales und leicht fettendes Haar.

taft grün gibt Ihrer Frisur unübertroffenen Halt
Jederzeit schenkt Ihnen taft grün das beruhigende Gefühl, tadellos frisiert zu sein. Im Büro und auf dem Fest, daheim und unterwegs ... taft grün gibt der Schönheit Ihrer Frisur Beständigkeit.

Unsichtbar, weil transparent
taft grün hält Ihre Frisur wie ein hauchzarter Schleier. Dieser mikrofeine, elastische Film ist hochtransparent, darum bleibt er unsichtbar. Nicht zu übersehen ist jedoch, was taft grün bewirkt: In Wind und Wetter, im Wirbel des Tages und der festlichen Nacht bleibt Ihre Frisur tadellos in Form. taft grün gibt dem Haar auch seidigen Glanz. Bewundernde Blicke und Ihr Spiegel werden es Ihnen bestätigen.

taft grün „entfettet" das Haar
Leicht fettendes Haar bleibt jetzt viel länger „trocken", es wird nicht strähnig. Die Frisur wird nicht beschwert, fällt nicht zusammen, bleibt locker, duftig und elastisch.

fettfrei!

Sprühdose DM 4,80

Auch in Taschenpackungen (DM 2,95) und in Superdosen (DM 6,50) erhältlich.

taft grün schützt auch vor Feuchtigkeit
Feuchtes Wetter, Wasserdampf in Küche und Bad können Ihre Frisur nicht mehr verderben. taft grün „imprägniert" das Haar; es behält Form und Fülle.

„taften" kann man nur mit taft!
Wenn Sie taft verlangen, dann möchten Sie beim Einkauf auch taft erhalten. Zu Ihrer Sicherheit wurde daher der Name taft für Schwarzkopf gesetzlich geschützt. Nur Sprühdosen, auf denen dieser Name steht, enthalten taft. Nur aus einer taft-Dose können Sie Ihr Haar wirklich „taften".

Für spezielle Wünsche: taft lila, taft rosé
Schwarzkopf weiß es am besten: Spezielles Haar braucht spezielle Pflege. Darum entwickelte Schwarzkopf drei taft-Sorten. Wie Ihr Haar auch beschaffen sein mag, welchen Festigungsgrad Sie auch wünschen... eine dieser drei Sorten ist für Sie die richtige. In Ihrem Fachgeschäft wird man Sie gern bei der Wahl Ihrer taft-Sorte beraten.

...*von* SCHWARZKOPF

Mutter und Tochter auf Reisen

Die jugendliche Mutti und ihr kleines Töchterchen im gleichen Kleid! Beide sind sehr stolz aufeinander und freuen sich an ihren duftigen Wollmousseline - Kleidern. Muttis Kleid ist am Vorderteil in leichte Falten gelegt, der Kragen ist ein wenig halsfern. Die Ärmel sind im Gegensatz zu Bärbels Kleid 3/4 lang. Beide Kleider haben eine kokette, farblich kontrastierende Schleife. — Wären das nicht die richtigen Kleider für einen nachmittäglichen Autoausflug mit anschließender Dampferfahrt und Einkehr in einem reizenden Gartenlokal? (Bei 90 cm Breite 4,00 m für das Kleid der Mutter / Gr. 38-42) A 2468 • (Bei 90 cm Breite 2.00 m für das Kinderkleidchen / 4 + 6 Jahre) A 2469 • Das Material: Wollmousseline aus Nelana-Crêpe der Firma Nef & Co, Schweiz.

sie GANZ PRAKTISCH

In dieser Saison besonders beliebt:
'Austrian Look' ein natürlich-beschwingter Modestil -
und 'Austria Pink', ein wunderbar weicher Farbton
für Lippenstift und Nagellack. Eine angenehme,
natürliche Farbe für den ganzen Tag.
'Austria Pink' - bestimmt auch für Sie!

Margarete Astor

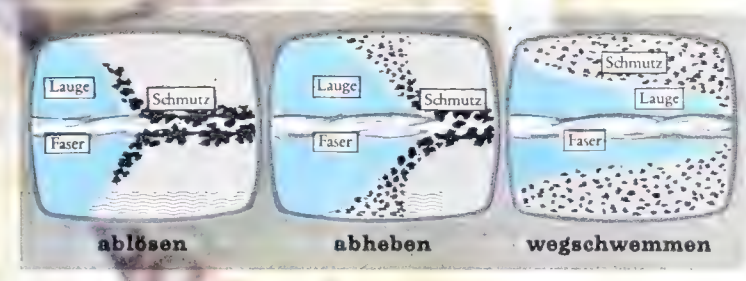
Kosmetik - bewußt auf die Mode abgestimmt

Der Ferienanzug mit Schürzenrock

Dieser ideale Anzug zum Verwandeln läßt auch mit dem Röckchen — eigentlich sind es nur zwei zusammengebundene Schürzenteile — genügend Bewegungsfreiheit. Das ärmellose Blüschen mit spitzem Ausschnitt ist vorn geknöpft und wird durch die Shorts zum Anzug ergänzt. Vor zu greller Sonnenbestrahlung schützen Sie Ihr Haar durch das kesse Tüchlein mit Schirm. (B. 90 cm Br. 4,50 m Gr. 38—42) A 2470.

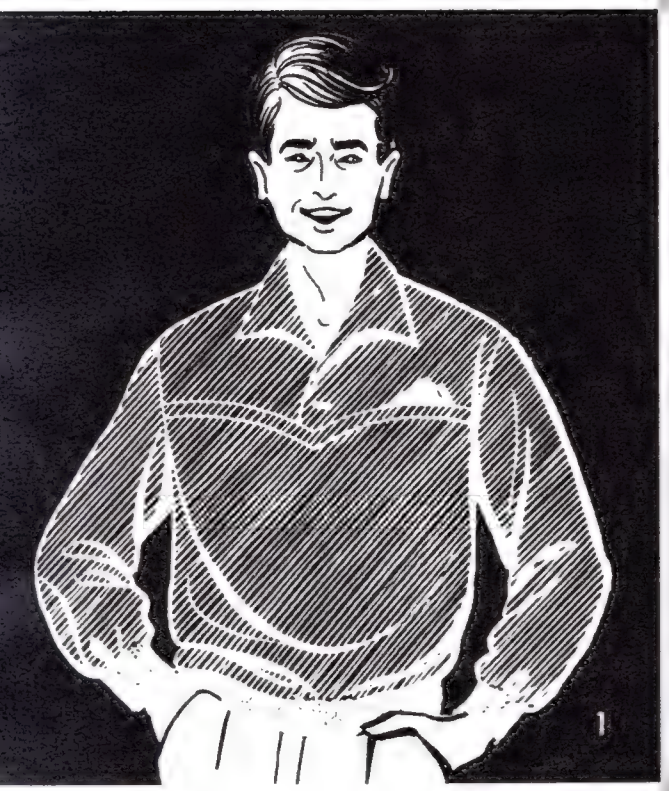
... leichter waschen! Unter dem Mikroskop sieht man, wie leicht und schonend Wipp-perfekt wäscht:

Ablösen: Behutsam schiebt sich die extra milde Lauge zwischen Schmutz und Faser. **Abheben:** Der Schmutz wird einfach abgehoben und in kleinste Teilchen zerlegt. **Wegschwemmen:** Die Lauge hält diese Schmutzteilchen in der Schwebe – sie können nicht wieder auf die Wäsche aufziehen.



... so leicht wird Wäsche wieder schön

So einleuchtend – so entscheidend: für alle Wäsche Wipp-perfekt. Das Doppelpaket DM 1,25



Für „seinen" Ferienkoffer

sie GANZ PRAKTISCH

1. Ideal für den Urlaub, aber auch zu Haus ist solch ein Freizeithemd mit Passe und eingearbeiteter Tasche ganz besonders praktisch und angenehm. (Bei 140 cm Breite brauchen Sie 1,50 m / Gr. 48-52.) A 2461.

---

2. Leichten Wollstoff oder Popeline können Sie für die karierte Jacke verwenden, die, zweiseitig verarbeitet, eine nette Abwechslung in „seine" Urlaubsgarderobe bringt. (Bei 140 cm Br. je 1,40 m / Gr. 48-52.) A 2472.

3. Chic und praktisch für die Reise im Auto ist der sportliche Kurzmantel mit Rückengürtel, seitlichen Schlitzen, Steppnahtverzierung und ausknöpfbarem Winterfutter. Dieser Mantel ist im Handel erhältlich. Modell: Strellson.

Zeichnungen links außen: Accessoires für „ihn"! Ein leichter Strohhut, bequeme Sportschuhe, und wenn Sie an den Strand fahren wollen, sollten auch ein Paar leichte Strandschuhe nicht in Ihrem Urlaubsgepäck fehlen.

PALMOLIVE

PA 62-22

Wertvolles, mildes Olivenöl ist das Besondere der Palmolive. Der sanfte, cremige Palmolive-Schaum hat eine wundervolle Wirkung auf Ihre Haut: sie wird makellos rein, jugendfrisch und zart. Mit Palmolive geben Sie Ihrem Teint ganz mühelos eine wirkungsvolle, natürliche Pflege. Wählen Sie deshalb die milde Palmolive ...

So natürlich – so mild,
dank wertvoller
Oliven- und Palmenöle

mit dem Öl der PALMOLIVE

so natürlich-so mild **PALMOLIVE**

Schützen Sie Ihre Augen bei grellem Sonnenlicht unbedingt mit einer guten Sonnenbrille. Dieses Modell ist in der modernen, flachen Form aus Golddublee gearbeitet. Modell: Rodenstock

Ihre Schönheit im Sommer

Sobald es wieder wärmer wird, bringt die Sonne unsere kleinen Unterlassungssünden, die wir im Winter begangen haben, an den Tag! Da ist es dann wichtig, daß wir uns einmal ganz kritisch betrachten: Haben Sie zum Beispiel schon sorgfältig geprüft, ob Sie Ihr Dekolleté unbesorgt im weitausgeschnittenen, duftigen Sommerkleid zeigen können? Und wie sieht es mit den Armen aus? Während des Winters waren sie meistens bis zum Handgelenk „eingepackt"; ob sich vielleicht da und dort rauhe Haut gebildet hat, die den frischen, sommerlichen Eindruck Ihrer Erscheinung beeinträchtigen wird? Und die Beine und Füße! Können Sie es wagen, ohne Strümpfe in leichten Sommersandalen zu gehen?

Wenn Sie hier und da einige „Schönheitsfehler" entdecken, dann nehmen Sie sich jetzt die Zeit, etwas dagegen zu tun. Oft sind es doch nur Kleinigkeiten, die mit ein bißchen Pflege und etwas Geduld schnell verschwinden.

Hals und Dekolleté müssen makellos sein! Sicher haben Sie ein paar Fältchen am Hals entdeckt, die im vorigen Jahr bestimmt noch nicht zu sehen waren. Dagegen müssen Sie als erstes etwas unternehmen. Denn an den Halsfalten soll man ja das Alter einer Frau erkennen können. Und wer möchte schon, daß gute „Freunde" gleich Bescheid wissen. Hier hilft nur die tägliche Pflege: Selbstverständlich muß es sein, daß der Hals und die Schultern jeden Abend genau so sorgfältig gereinigt werden wie das Gesicht. Auch hier hat sich doch im Laufe eines Tages allerlei Staub und Schmutz festgesetzt, der die Poren verstopft. Nach der Reinigung wird die Haut sehr sorgfältig mit einer guten Nährcreme eingerieben. Halshaut und Dekolleté sind besonders „hungrig". Darum machen Sie einmal in der Woche zusätzlich einen Öl-Halswickel: Tragen Sie dafür warmes

Fortsetzung auf Seite 40

PANTO-SPRAY

...und alle sagen:

„Immer gut frisiert"

Jeden Tag schenkt Ihnen Panto-Spray die beglückende Gewißheit, vollendet gut frisiert zu bleiben. Mehr noch:

PANTO-SPRAY
tut viel für die Gesundheit Ihres Haares

Nur Panto-Spray enthält Panthenol, eine wertvolle Vitaminverbindung, die das Haar nährt und pflegt, die ihm gesunde Schönheit schenkt. Nutzen Sie diese Vorteile. Jeden Tag. Mit jedem Hauch Panto-Spray.

Für normales oder fettendes Haar – PANTO-SPRAY *bleu*

Speziell für trockenes, sprödes Haar – PANTO-SPRAY *rosé*

PANTEEN-Produkt DM 4,95

PS 3

Für das Dekolleté: Zur besseren Durchblutung bürsten Sie in kleinen Kreisen regelmäßig Hals, Schultern und Brustansatz mit einer weichen Bürste.

Für die Beine: „Gänsehaut" wird mit einem Bimsstein abgerubbelt. Anschließend reiben Sie mit einem Luffahandschuh nach und fetten die Haut ein.

Für die Arme: Wenn die Ellenbogen rauh geworden sind, helfen Ölbäder: Erwärmen Sie das Öl, und tauchen Sie die Ellenbogen etwa 10 Minuten hinein.

Ihre Schönheit im Sommer

Fortsetzung von Seite 38

Vitamin- oder Olivenöl auf, und wickeln Sie darüber ein feuchtwarmes Leinentuch und ein Frotteetuch. Diesen Halswickel lassen Sie ungefähr eine Stunde einwirken, bis sich die Haut richtig mit Öl vollgesogen hat. Außerdem sind warme und kalte Kompressen zu empfehlen. Beschließen Sie diese Wechselbehandlung immer mit einer kalten Kompresse, sonst erreichen Sie gerade das Gegenteil: die Haut erschlafft schneller. – Eine bessere Durchblutung erzielen Sie auch durch regelmäßige Bürstenmassage. Besorgen Sie sich dafür eine weiche Bürste, damit Sie nicht diese zarte Haut verzerren. Am zweckmäßigsten ist eine weiche Gesichtsmassagebürste, die Sie in einer Parfümerie oder Drogerie erhalten. Wer nicht empfindlich ist, kann den Hals, das Dekolleté und die Brust ab und zu kalt duschen.

Alles für den Rücken: Am meisten Sorgen bereiten wohl die kleinen Hautunreinheiten, die sich immer wieder auf dem Rücken bemerkbar machen. Sind es nur kleine Entzündungen, helfen oft kurze Luft- und Sonnenbäder, die Sie gerade jetzt besonders häufig nehmen sollten. Doch auch hier heißt es: lieber jeden Tag fünf Minuten sonnenbaden als einmal in der Woche eine Stunde. Außerdem können Sie jeden Morgen und jeden Abend die Haut tüchtig mit einer Massagebürste oder mit einem Luffahandschuh bearbeiten. Sie werden sehen, wie durch die stärkere Durchblutung die kleinen Unreinheiten schnell verschwinden. Und mit einer Stielbürste ist diese Behandlung wirklich nur eine Kleinigkeit.

Haben Sie jedoch eitrige Pickel und Pusteln entdeckt, dann ist es besser, wenn Sie Ihren Rücken von einer Kosmetikerin behandeln lassen. Sie wird Ihre Haut mit Kompressen und Packungen schnell heilen.

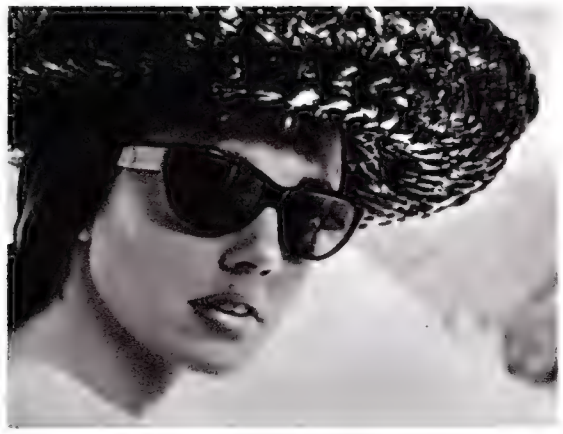
Haben Sie »Gänsehaut«? Hier ist nicht der unangenehme „Kälteschauer" gemeint, der einem manch-

Fortsetzung auf Seite 42

Welt der Flugreisen –

Silberne Riesenvögel unter strahlendem Himmel - internationale Fluggäste. Unter ihnen eine bezaubernde Frau, elegant, selbstsicher, gepflegt. Fasziniert ihr Lächeln... ihr Chic, ihr Charme? Es ist mehr als das: die persönliche Note - ihr Stil. Harmonische Farben, liebenswerte Kleinigkeiten, ein zartes Rouge - und immer wieder der unnachahmlich zarte Duft der Seife Fa - der Feinseife neuen Stils.

die Feinseife neuen Stils!



Etwas extravagant wirkt die grau gefleckte Sonnenbrille, die eine besonders schöne Ergänzung zu dem eleganten Schal bildet. Schal: Salon Kiaup

Zum schwarzen Strohhut paßt die schwarze, streng wirkende Sonnenbrille. Die breiten Bügel geben genügenden Schutz vor dem seitlich einfallenden Licht.

Feingeschwungen ist diese Brille mit dem zweigeteilten Nasenbügel aus Golddoublé – für „sie" und auch für „ihn" die richtige Brille zum Autofahren.

Ihre Schönheit im Sommer

Fortsetzung von Seite 40

mal bei einem besonders spannenden Kriminalroman über den Rücken läuft. Vielmehr geht es diesmal um den Dauerzustand der Gänsehaut auf Ihren Oberarmen und Oberschenkeln. Mit etwas Geduld lassen sich diese Unebenheiten jedoch sehr bald vertreiben. Nach jeder Wäsche werden die Arme und Beine mit einem Bimsstein von unten nach oben abgerubbelt. Es geht immer im Kreis herum! Anschließend „polieren" Sie die Haut noch ein bißchen mit einem Luffahandschuh. Zum Schluß wird ein gutes Hautfunktionsöl eingerieben. Und vergessen Sie bei dieser Gelegenheit nicht die runzligen Ellenbogen. Auch sie werden wieder weich und geschmeidig, wenn sie mit etwas Fettcreme oder Öl eingerieben werden.

Ein zarter Duft! Wer an heißen Tagen frisch und sauber sein möchte, muß unbedingt rechtzeitig an die regelmäßige Pflege der Achselhöhlen denken. Dunkle Haarbüschel passen gar nicht zu einem duftigen Sommerkleid. Bei der Entfernung hilft entweder eine Enthaarungscreme oder ein kleiner Rasierapparat, der extra für Damen hergestellt wird. – Normale Haut verträgt im allgemeinen die Entfernung von Achselhaaren, ohne sich zu entzünden. – Bereits am nächsten Tag nach der Haarentfernung kann ein desodorierendes Mittel auf die Haut aufgetragen werden, das Ihnen dann das Gefühl von frischer Sauberkeit gibt. – (Desodorierende Mittel verhindern nicht die normale Schweißbildung, sie verhindern lediglich die Bildung von Bakterien, die einen unangenehmen Duft verbreiten.)

Haare an den Beinen – was tun? Zarter blonder Flaum sieht gerade auf gebräunter Haut oft ganz bezaubernd aus. Sind die Beine dagegen dunkel behaart, sieht es wirklich nicht mehr schön aus. Oft genügt es, wenn man diese dunklen Haare mit einer verdünnten Wasserstoffsuperoxyd-Lösung bleicht. Hilft das nichts, kann man den Härchen nur mit dem Bims-

stein, einem Rasierapparat oder einem Haarentfernungsmittel zu Leibe rücken. Zur Entfernung der Beinhaare eignet sich Wachs sehr gut: das flüssige Wachs (ein Wachstäfelchen wird durch Erhitzung aufgelöst) tragen Sie heiß auf die Haut auf. Nach dem Erkalten wird die Masse dann mit einem Ruck schnell von der Haut abgezogen. Wenn Sie anschließend das Wachs einmal genau betrachten, können Sie die vielen kleinen Härchen sehen, die Sie ausgerissen haben. Nach der Haarentfernung wird die Haut mit Fettcreme leicht eingerieben.

Sind die Fersen rauh?

Auch hier können Sie nur durch regelmäßige Pflege eine Besserung erreichen. Reiben Sie beim täglichen Fußbad Ihre Fersen mit einem angefeuchteten Bimsstein sorgfältig ab, und massieren Sie nach dem Abtrocknen die Haut mit Öl oder mit einer Fußsalbe.

Welche Sonnenbrille?

Zur vorbereitenden Sommerkosmetik gehört auch die Auswahl der richtigen Sonnenbrille. Denn gerade in der grellen Sonne am Strand oder im Gebirge müssen die Augen unbedingt vor den ultravioletten Strahlen geschützt werden. Diese Strahlen schaden nämlich nicht nur der Gesundheit Ihrer Augen, sondern beeinträchtigen auch Ihre Schönheit: Zusammengekniffene Augen hinterlassen mit der Zeit viele kleine Krähenfüßchen, die sich nur sehr schwer wieder beseitigen lassen.

Es genügt nun aber nicht, daß Sie einfach eine Brille mit dunkel gefärbten Gläsern aufsetzen; vielmehr müssen die Sonnengläser wissenschaftlich berechnet und optisch einwandfrei sein. Erst dann haben Sie die Gewißheit, daß Ihre Sonnenbrille einen wirklichen Schutz für Ihre Augen bildet. (Es gibt Gläser für Normalsichtige, für kurz- und weitsichtige Brillenträger und für Alterssichtige.) Aus all diesen Gründen ist es besonders wichtig, daß Sie ein so notwendiges Sommerrequisit nicht „im Vorübergehen" kaufen, sondern sich in einem Fachgeschäft beraten lassen, welche Form, Art und Größe zu Ihnen paßt.

Und hier zwei Tips:

1. Wählen Sie unbedingt eine Brille, deren Gläser alle Farben natürlich wiedergeben.
2. Die Brille soll so groß sein, daß weder von oben noch von der Seite Licht einfallen kann.

Sonnenbrillen: Rodenstock, München
Fotos: Ilse Schmidt-Rieche

beseitigt Mundgeruch sofort!

Strahlende Laune... so glücklich war ich schon lange nicht mehr - warum? Jetzt hab' ich's entdeckt: Auf frischen Atem kommt es an! Und frischen Atem schenkt Signal - die Zahncreme mit den roten Streifen! Ich befolge ganz einfach das Signal-Rezept: Erst die Zähne gründlich bürsten, dann den ganzen Mund mit dem Signal-Schaum spülen wie mit einem Mundwasser! So kommen die antibakteriellen Wirkstoffe voll zur Geltung. Die Zähne werden strahlend sauber, und der Atem ist sympathisch frisch!

Signal*
enthält aktive Mundwasser-Wirkstoffe und beseitigt Mundgeruch sofort! Darum sind die roten Streifen so wichtig!

4. Folge
der großen FÜR SIE-Serie
für ein glücklicheres Leben:
„SO LÖSTE ICH MEIN
PROBLEM“

Ich war zu oft allein...

FÜR SIE-Reporterin Michaela Arden läßt heute eine von ihrem Ehemann vernachlässigte Frau zu Wort kommen, die ahnungslos in eine gefährliche Situation geriet.

Es gibt Männer, die erreichen im Leben alles, was sie sich in den Kopf setzen. Solch ein Mann ist Andreas. Ich wünschte, ich wäre ihm niemals wieder begegnet.

Aber lassen Sie mich die Geschichte von Anfang an erzählen, denn es wäre ein großer Fehler, wollte ich das Geschehene aus dem Zusammenhang reißen. Manche Frau wird, nachdem sie das Folgende gelesen hat, vielleicht empört ausrufen: „So etwas könnte mir nie passieren!" Aber auch ich glaubte mich gegen jede Art von Versuchungen gefeit.

Damals — es ist schon mehrere Jahre her — wußte ich nicht, wie gefährlich gewisse Stimmungen und Situationen werden können. Ich war auch so naiv, daß ich mich für eine vom Verstand beherrschte Frau hielt. Doch ich will nicht bei Grübeleien verweilen, sondern meine Lebensgeschichte der Reihe nach erzählen.

Ich wurde streng erzogen

Meine Eltern sind ausgesprochen religiös. Besonders mein Vater nimmt es mit dem Glauben sehr ernst. Nachts — ich schlief bis zum 11. Lebensjahr im Elternschlafzimmer — hörte ich ihn oft laut vor sich hinbeten. Dann hatte ich furchtbare Angst und zitterte vor Erregung, weil ich glaubte, er könnte bemerken, daß ich nicht schlief und ihm zuhörte.

Sonntag für Sonntag, ob es regnete oder schneite, gingen wir alle zur Kirche: die Eltern, meine vier Brüder und ich. Bei schönem Wetter ordnete Vater danach einen Spaziergang an.

Reines Vergnügen waren diese Spaziergänge für uns Kinder nicht. Während ich links neben den Eltern marschierte, vertrieben sich meine Brüder die Zeit damit, mich pausenlos zu schikanieren.

Erst als mein ältester Bruder zur Wehrmacht eingezogen wurde, brauchte ich nicht mehr im elterlichen Schlafzimmer zu schlafen. Ich zog in das kleine Zimmerchen meines Bruders.

Fortsetzung auf Seite 47

Ich war von der Ehe und vom Leben enttäuscht. Verzweifelt preßte ich das Gesicht ins Kissen und weinte, bis ich vor Erschöpfung einschlief.

Wir sind für PERLON®

perlon porös

Als Herrenhemd oder als Damenbluse,
PERLON porös ist wirklich gut: praktisch, chic
und immer frisch. Ob strahlend weiß oder
modisch gemustert – PERLON porös ist
kinderleicht zu waschen und läuft nicht ein.
Es ist qualitätsgeprüft, besonders haltbar un

bügelfrei auf Lebensdauer

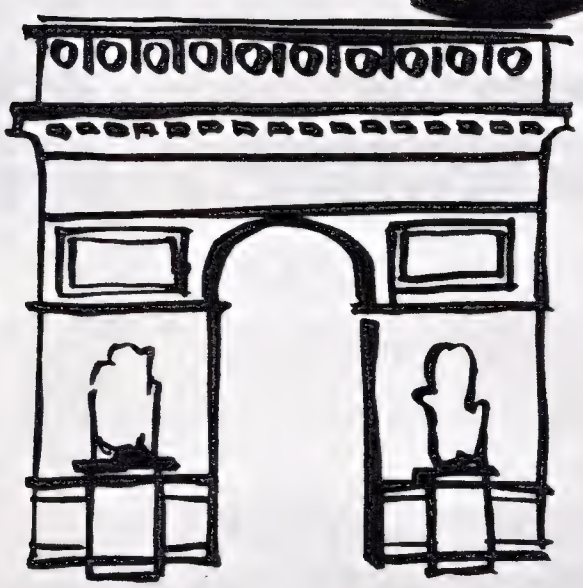
Ça c'est Paris !

Dieser Herr, meine Damen,
trägt ein Hemd á la Paris.
Sie erkennen es sofort
an dem wundervollen Schnitt.
Dieses Hemd, meine Herren,
schenkt uns
die besond're Note
liebenswerter Eleganz,
schenkt uns –
echt Pariser Chic!

Superb®
NYLFRANCE

. . . das Hemd mit dem Pariser Chic!

100% NYLON Von A bis Z auf Qualität geprüft!



Ich war zu oft allein...

Fortsetzung von Seite 45

Lange dauerte mein ungestörtes Glück nicht. Eines Abends kam Vater in mein Zimmer und sagte ernst: „Lia, du bist jetzt alt genug, es wird Zeit, daß du beten lernst wie wir Erwachsenen."

Ich wußte nicht, was die Gebete, in denen mir unverständliche Worte wie „Sünde" und „Versuchung" vorkamen, bedeuteten, aber ich sprach sie Vater gehorsam nach.

Ein paar Abende später kam Mutter hinzu und bat Vater zu sich hinaus. Unwirsch verließ er mich.

Am nächsten Abend kam Mutter zu mir und lehrte mich beten. Es waren schöne Gebete mit lebensnahen Worten, deren Sinn ich verstand. Mutters Gebete erregten in mir keine Furcht. Nur leider vermochte sie nicht, Vaters strenge und an Verboten reiche Erziehung zu ändern.

Am meisten flößten mir seine Worte „Schuld" und „Sünde" Angst ein. Als so kleines Mädchen konnte ich ihren Sinn nicht wirklich begreifen. Sie blieben mir rätselhaft.

Die neue Heimat

Unsere Kinderzeit endete jäh, als ich 16 Jahre alt war. Mutter, mein jüngster Bruder und ich verließen gegen Kriegsende mit dem Treck die schlesische Heimat.

Die neue Heimat wurde uns von Amts wegen zugeteilt: ein kleines Städtchen in Oberbayern.

Vater hielten die Russen bis 1952 in Kriegsgefangenschaft fest. Ich vermißte ihn kaum, obwohl ich ihn auf eine gewisse Art auch lieb hatte. Aber ohne Vaters Gegenwart fühlte ich mich freier und glücklicher.

Mit der Zeit gewöhnt man sich an alles. Sehr bald sah mir keiner mehr an, daß ich eine „Zugereiste" war. Ich habe gelernt, bayrisch zu sprechen wie die Alteingesessenen. Natürlich redete ich auch im Dialekt, als ich mich nach meinem Abgang von der Handelsschule beim zuständigen Forstamt um eine Anstellung bewarb. Der Sachbearbeiter zuckte bedauernd die Schultern. „Schade, mein Fräulein. Alle Planstellen für Einheimische sind besetzt. Nur wenn Sie Flüchtling oder Vertriebene wären, dürfte ich Sie einstellen." Ich lachte und reichte ihm den Flüchtlingsausweis.

So wurde ich Angestellte im Staatlichen Forstamt. Und eine gütige Fügung des Schicksals wollte es, daß der einzige Junggeselle im Amt dringend eine Sekretärin brauchte und ich ihm zugeteilt wurde.

Lange habe ich meinen Vorgesetzten nicht mit „Sie" angesprochen. Schon zehn Monate später nannte ich ihn offiziell „Toni" und schied aus dem Dienst aus, weil wir uns verlobt hatten. Und ein halbes Jahr danach waren wir glücklich verheiratet.

Am liebsten sehe ich Toni im grünen Rock mit Jägerhut und Gamsbart. Das steht ihm ausgezeichnet. Leider ist sein Dienst nicht so romantisch, wie es in manchen Spielfilmen gezeigt wird. Wir wohnen auch nicht in einem verwunschenen Forsthaus. Toni besitzt weder einen Hund noch trägt er eine Jagdflinte im Wald spazieren. Sein Arbeitsplatz ist am Schreibtisch, sofern er sich nicht gerade auf einer Dienstreise befindet.

Ich bin oft allein

Völlig unerwartet war mein Jungmädchentraum in Erfüllung gegangen: Ich hatte einen gut aussehenden Mann in bester Berufsposition, lebte in einer schönen Wohnung und hatte meine Eltern in der Nähe.

Nur ein Kind hatte ich noch nicht. Ich sehnte mich sehr nach einem süßen kleinen Lebewesen, das ich ständig um mich haben und betreuen könnte. Ein Kind hätte mir viel Kummer erspart. Aber schließlich war ich noch jung und brauchte mir wegen der Kinderlosigkeit keine Sorgen zu machen.

Nur wenn Toni auf Dienstreise war, litt ich unter dem Alleinsein. Bedauerlicherweise hatte ihm die Oberforstdirektion ausgerechnet kurz nach der Hochzeit ein neues Aufgabengebiet zugeteilt, das häufige Dienstreisen erforderlich machte.

Einmal bat ich Toni: „Kannst du deine Vorgesetzten nicht darum bitten, daß andere die häufigen Reisen unternehmen?" Da sah ich ihn zum erstenmal wütend. „Du bist wohl nicht klug, Lia?" fuhr er mich an. „Seit Jahren bemühe ich mich, das Spezialgebiet in meine Hände zu bekommen. Und nun ist es endlich soweit, da willst du meine Berufspläne durchkreuzen?"

Ärgerlich wandte er sich von mir ab und blickte zum Fenster hinaus. Ich folgte ihm und legte behutsam die Hand auf seine Schulter. „Toni, nimm es nicht so ernst", bat ich ihn. „Niemals werde ich deiner Arbeit im Wege stehen, aber du mußt auch mich ein bißchen verstehen. Wir sind doch noch so jung verheiratet."

Toni schwieg. Es war ein eisiges Schweigen, das ich ihm sehr übel nahm.

Jedenfalls blieb ich oft allein. Häufig besuchte ich dann meine Eltern, die 13 Kilometer entfernt wohnen und übernachtete auch dort.

Eines Abends im Mai, als ich wieder für längere Zeit in meiner hübschen Wohnung allein war, überkam mich die große Sehnsucht nach Toni besonders stark. Verzweifelt saß ich vor der leeren Schreibplatte meines Sekretärs und blickte gedankenverloren in den blühenden Kastanienbaum, der vor unserem Wohnzimmerfenster steht. Ich saß da, wie ein verlassenes junges Mädchen, das den Liebsten an eine andere verloren hat.

Wenigstens in den ersten Monaten der Ehe hatte Toni mir zuliebe regelmäßig von unterwegs geschrieben. Ich habe die Briefe alle sorgfältig aufgehoben. Es sind lange Briefe, die mich über die Zeit des Wartens hinwegtrösteten. Bereits im zweiten Jahr unserer Ehe kamen die Briefe seltener, und dann schrieb Toni gar nicht mehr.

Er entschuldigte sich mit den Worten: „Wir sind ja nun nicht mehr in den Flitterwochen, da wirst du es wohl die paar Tage ohne Post aushalten können."

Meine Einwände ließ er nicht gelten. „Du bist kein kleines Mädchen mehr, sondern eine erwachsene Frau", wies er mich schließlich barsch zurecht. Was sollte ich darauf entgegnen?

Bevor die Sonne an diesem Abend hinter den Bergen unterging, legte ich mich — von der Ehe und vom Leben enttäuscht — ins Bett und hoffte, bald einschlafen zu können.

Wie oft hatte ich so gelegen und durchs Fenster die Sterne am Nachthimmel blinken sehen, während Toni neben mir lag ... Mit einem Mal fehlte er mir in einer Art, wie ich sie nie zuvor empfunden hatte. Ich brauchte ihn, um meine Arme um seinen Hals zu legen und mich haltsuchend an ihn zu drücken.

Verzweifelt preßte ich das Gesicht ins Kissen und weinte, bis ich vor Erschöpfung einschlief.

Nächtlicher Besuch

Lachen weckte mich ... Ich hielt die Augen geschlossen und lauschte glückselig. „Toni!" flüsterte ich in die Stille. Aber alles, was ich hörte, war meine eigene Stimme. Der Platz neben mir war leer.

Ich machte das Licht an. Der Wecker zeigte auf zehn Minuten vor zehn Uhr.

In diesem Augenblick vernahm ich deutlich das Geräusch eines sich nähernden Autos. Der Wagen hielt vor dem Haus. Es klingelte bei uns. Ich fuhr zusammen. Wer konnte das zu so später Stunde noch sein?

Schnell warf ich den Morgenrock über, trat ans Fenster und rief hinunter: „Wer ist da?"

„Wohnt hier eine gewisse Lia?" fragte lachend eine Männerstimme. Es war mein Bruder Karl. Neben ihm stand Anita, meine Schwägerin, und ein Mann, den ich nicht kannte.

Wie kam Karl nur auf die Idee, mitten in der Nacht einen Fremden mitzubringen. Die Peinlichkeit dieser Situation wurde mir erst richtig bewußt, als ich im Morgenrock auf die Wohnungstür zuging und sie öffnete.

Ich stutzte. Doch irgendwie kamen mir die Gesichtszüge bekannt vor. Karl half meinem Gedächtnis auf die Sprünge: „Kennst du Andreas nicht mehr?"

Mir ging ein Licht auf. Ich reichte Andreas die Hand, und er schüttelte sie kräftig. Andreas — er war meine stille Jugendliebe. Seit der Kinderzeit hatte ich ihn nicht wiedergesehen.

Schnell schob ich die drei ins Wohnzimmer, dann huschte ich ins Bad, kleidete mich an und frisierte mich. Alles ging in Windeseile, mit einem Male hatte ich neuen Aufschwung bekommen.

Karl benahm sich taktlos

Wenige Minuten später saßen wir um den Wohnzimmertisch und tranken den Wein, der eigentlich für Tonis Geburtstag bestimmt war. Mir war an diesem Abend alles gleich. Man muß die Feste feiern, wie sie fallen, dachte ich. Und wie selten hatte ich Gelegenheit, im netten Kreis einen guten Tropfen zu genießen.

Angeregt vom Wein kam eine nette Stimmung auf, die aus irgendeinem Grund, den ich vergessen habe, dazu führte, daß Andreas unvermittelt vom Sitz hochsprang, meine Hand ergriff und sie zärtlich küßte.

Anstatt sie sofort zurückzuziehen, denn was Andreas tat, war keine Höflichkeit, sondern eine eindeutige Liebeserklärung, gab ich lächelnd nach.

Fortsetzung auf Seite 48

Superb®
NYLFRANCE
bringt
französischen Charme
und modischen Pfiff
in die Kleidung des Herrn

Superb®
NYLFRANCE
ist elegant im Schnitt
tadellos im Sitz
beständig in der Form

Superb®
NYLFRANCE
wäscht sich leicht
und schnell
trocknet über Nacht
wird ohne Bügeln
glatt wie neu

Superb®
NYLFRANCE
hält viele Wäschen aus
ist äußerst strapazierfähig
und — vernünftig im Preis

Ich war zu oft allein...

Fortsetzung von Seite 47

Karl klatschte begeistert in die Hände. „Und jetzt, Andreas, gib ihr einen Kuß wie damals."

Ich fühlte, wie das Blut in mein Gesicht schoß. Karl wollte sich vor Lachen ausschütten und gluckste: „Oh, wie süß! Lia wird rot." Andreas rettete die Situation, indem er sich zur Garderobe begab. Karl machte ein ärgerliches Gesicht und steckte sich eine Zigarre an. „Ach was, Kinder, habt euch doch nicht so. Gerade jetzt, wo es richtig nett wird, wollt ihr schon gehen?"

Da ergriff Anita die Initiative und zog Karl mit Gewalt vom Sofa hoch.

Mir war es sehr recht, daß sie gingen. Die Nachbarn sollten nicht denken, daß ich während der Abwesenheit meines Mannes nachts rauschende Feste feierte, aber als dann die Lichter des Autos auf die große Chaussee einschwenkten und sich bald darauf in der Ferne verloren, befiel mich wieder die Schwermut.

Andreas, mein Jungmädchentraum

Das Jugenderlebnis, auf das Karl angespielt hatte, war noch sehr deutlich in meiner Erinnerung. Damals war ich ein schüchternes kleines Mädchen von 14 Jahren und bekam ausgerechnet an Karls 17. Geburtstag meinen ersten Kuß.

An und für sich durfte ich bei Jungengesellschaften nicht anwesend sein. Vater bestimmte das. Einsam und allein saß ich in meinem Zimmerchen. Plötzlich klopfte es. Ich rief: „Herein!" Zögernd wurde die Klinke heruntergedrückt. Andreas und Karl steckten die Köpfe durch den Türspalt. „Willst du mit uns spielen?" fragte Karl und fügte beruhigend hinzu: „Mutter ist zur Schneiderin gegangen." Ich ließ mich überreden und folgte ihnen.

Wie es nun mal bei Kindergesellschaften üblich ist, machten wir Pfänderspiele. Plötzlich kam einer der Jungen auf die freche Idee, eine Armbanduhr mit den Worten hochzuheben: „Wem dieses Pfand gehört, der muß dem Eigentümer des nächsten Pfandes einen Kuß geben."

Ich weiß nicht, ob gemogelt wurde, jedenfalls kam es darauf hinaus, daß Andreas mich küssen sollte. Ich war wütend. Die Jungen sagten, ich dürfe nicht feige sein.

Da ich nicht feige sein wollte und weil Andreas ohnehin mein stiller Schwarm war, verlangte ich nur: Das Licht muß ausgemacht werden.

Es wurde auch ausgelöscht — aber während mich Andreas zart und schüchtern küßte, ging es wieder an. Ich rannte schreiend zur Tür. Die Jungen bekamen es mit der Angst zu tun und schlossen schnell die Tür auf. Weinend verkroch ich mich in meinem Zimmer.

Später habe ich die kleine harmlose Romanze meinem Tagebuch mit schwärmerischen Worten anvertraut und gehofft, aber nie ernsthaft geglaubt, daß ich Andreas wiedersehen würde. Zu meinem Leidwesen verzog er nämlich kurz nach der Geburtstagsfeier mit den Eltern in die Nähe von Gleiwitz. Danach hörte man nichts mehr von ihm.

Das unmögliche Geschenk

War es Absicht oder Zufall? — Nach der nächtlichen Wiedersehensfeier hatte Andreas seine Aktentasche stehen lassen.

Während der Nacht und den halben nächsten Tag beschäftigte ich mich mit der Frage: Wann wird Andreas zurückkommen? — Ich gestehe, der Gedanke war mir nicht unangenehm.

Zur Kaffeezeit, ich war gerade dabei, mich nach der Hausarbeit frisch zu machen, klingelte es an der Wohnungstür. Ich fühlte, daß es Andreas war. Mein Herz schlug heftig.

Andreas lachte übers ganze Gesicht, als wir uns wieder gegenüberstanden. „Guten Tag, Lia. Da bin ich wieder. So schnell hast du mich bestimmt nicht erwartet." Ich trat beiseite und gab ihm den Weg in die Wohnung frei. „Hier steht deine Aktentasche." Andreas winkte ab. „Ich habe für dich ein bißchen Zeit mitgebracht. Oder störe ich?"

Ich schüttelte den Kopf. „Du kommst pünktlich auf die Minute zum Kaffeetrinken." Andreas dankte und legte den Mantel ab. Dann überreichte er mir ein flaches Päckchen. „Hoffentlich nimmst du das bescheidene Mitbringsel an. Es ist nichts Besonderes. Nur etwas aus meiner Musterkollektion."

„Warum soll ich dein Geschenk ablehnen?" fragte ich verwundert und machte das Paket auf... Zwei Paar hauchfeine Strümpfe kamen zum Vorschein. Ich war verwirrt. Sollte ich das doch eigentlich ganz unpassende Geschenk ablehnen? Fragend sah ich Andreas in die Augen, aber er lächelte so charmant, daß ich nicht „nein" sagen konnte.

Auf verbotenen Wegen

Nach dem Kaffeetrinken traten wir hinaus auf den Balkon. Ich beabsichtigte, Andreas die wunderschöne Aussicht auf die Berge zu zeigen, er jedoch interessierte sich für die Blumen in den Balkonkästen. „Wie hübsch du das gemacht hast", sagte er anerkennend und spielte mit den Fingern in den Blüten.

„Wir sollten spazierengehen", schlug ich vor. „Ein bißchen frische Luft tut uns beiden gut." Andreas war einverstanden.

Mir war es, als wenn ich ihn zu den geheimsten Plätzen meines Herzens führte, während wir den schmalen Pfad entlanggingen. Ganz am Ende, wo die Anhöhe mit dem Wald beginnt, zog Andreas die Jacke aus, und wir setzten uns auf einen Felsblock in die Sonne.

Lange unterhielten wir uns. Das heißt, er erzählte von seinem unruhigen Junggesellenleben und von seiner Vertretung für eine bekannte Strumpffirma. Er sagte: „Ich habe alles, was ich brauche. Nur eins fehlt mir: die richtige Frau und ein gemütliches Zu-

›Sie‹ ist kultiviert.
›Sie‹ hat Geschmack.
›Sie‹ hat ein Gefühl für das Echte.
›Sie‹ wählt echtes Leder -
die echte Eleganz.

ECHTES LEDER

Verlangen Sie kostenlos beim Werberat der Deutschen Lederindustrie, Hamburg-Harburg, Vogelerstraße 44, das kleine Heft ›Leder und Lederpflege‹

hause." Erst als die Sonne unterging, brachen wir auf. Dabei berührte mich Andreas am Arm. „Lia, deine Idee, mich hierherzuführen, war wundervoll." Ich flüsterte: „Deine Idee, die Tasche stehenzulassen, war auch sehr gut."

So geschah es, daß ich mich ein zweites Mal in Andreas verliebte. Liebte er mich auch? — Oder war ich für ihn nur ein amüsantes Abenteuer unter vielen? — Andreas ist ein so gut aussehender Mann. Er hatte es wirklich nicht nötig, mich, eine 30jährige verheiratete Frau in einen schweren inneren Konflikt zu verwickeln. Er konnte junge, hübsche Mädchen haben. Dennoch kam er zu mir.

Später, als ich krank wurde von den Selbstvorwürfen, die ich mir machte, fand ich bei diesem Gedanken einen ganz kleinen Trost.

Noch mehrere Male besuchte mich Andreas. Ich will nicht lügen. Es waren unbeschwerte, wunderschöne Tage, jedoch mit einem entsetzlichen Ende. Ich weinte hemmungslos, als sich Andreas zum letzenmal verabschiedete. Es gab für mich keine andere Lösung. Wir durften uns nie wiedersehen.

Ich wurde krank

So blieb ich mit meiner Schuld völlig allein. Mit niemandem konnte ich mich aussprechen. Mit Mutter nicht. Und mit meinem Vater schon gar nicht. Ich versuchte, meine schweren Schuldgefühle zu unterdrücken, es gelang mir nicht. Schreckliche Alpträume plagten mich in der Nacht, und tagsüber ging ich wie eine Schlafwandlerin umher.

Toni fand mich bei seiner Rückkehr derartig verändert vor, daß er verwundert fragte: „Lia, bist du krank?" Die fürsorgliche Frage hätte mir wohltun müssen, doch ich war beschämt, von ihm bemitleidet zu werden.

Ich hätte vor Toni die Wahrheit ausbreiten müssen. Mein Herz brauchte Erleichterung. Nur die Ungewißheit, was dann werden würde, hielt mir den Mund verschlossen.

Daß ich eines Tages nicht darum herumkommen würde, Toni meine Schuld zu gestehen, war selbstverständlich.

Wissen Sie, wie es ist, wenn man einem schwerwiegenden Entschluß aus dem Wege geht? Wie man immer wieder neue Ausreden findet? Und wie man im entscheidenden Augenblick den Entschluß um eine weitere Nacht hinausschiebt? Einmal glaubte ich, Toni sei zu schlecht gestimmt, um die Wahrheit zu ertragen. Tags darauf hatte ich Kopfschmerzen. Dann kam Besuch oder etwas anderes lenkte mich von meiner guten Absicht ab.

Schließlich wurde ich sehr krank. Migräne und Schlaflosigkeit peinigten mich. Der Appetit wurde immer schlechter. Unser Hausarzt sagte, meine Nerven seien zu sehr strapaziert und verschrieb mir immer neue Medikamente, die aber kaum wirkten.

Umgeben von Angst

Dazu kam die fortwährende Angst, jemand aus der Nachbarschaft könnte Toni hinterbringen, daß ich während seiner Abwesenheit mehrmals Andreas zu Besuch hatte und bester Stimmung gewesen war.

Sobald ich auch nur von weitem sah, daß sich Toni mit einer Nachbarin angeregt unterhielt, lief es mir eiskalt den Rücken herunter. Mehrmals vermutete ich, daß Toni Bescheid wußte und nur darauf wartete, von mir ein Geständnis zu bekommen.

Fortsetzung auf Seite 50

6230

Toscana
LIND-CREME

ZARTE HAUT ERFORDERT MILDE PFLEGE.

TOSCANA Lind-Creme aus der 4711 TOSCANA KOSMETIK ist eine sehr milde, absolut neutrale Pflegecreme für empfindlich-zarte und ermüdete Haut – für Tages- und Abendpflege.
TOSCANA Lind-Creme gibt der Haut einen dezent schimmernden Glanz, der kleine Fältchen ausgleicht und natürliche Transparenz verleiht.
Eine bewährte Pflegecreme, verträglich für jede Haut.

3.25

Zuverlässig in Wirkung und Erfolg:
PFLEGENDE KOSMETIK – Hautmilch · Gesichtswasser · Nährcreme
Creme Halbfett · Lind-Creme
DEKORATIVE KOSMETIK – Lippenstift · Zart-Puder · Tönungscreme

Toscana · HAUTHARMONISCHE KOSMETIK ·
AUS DEM WELTHAUS 4711.

Die Firma › 4711 ‹ Köln a./Rhein, TOSCANA-BERATUNGSDIENST, sendet Ihnen kostenlos das TOSCANA-KOSMETIK-EINMALEINS mit seinen wertvollen Ratschlägen.

Pe 623

frisch - jung - unbeschwert!

Dein Mund hat
nichts zu verbergen -
strahlend weiß
sind Deine Zähne!
Ein strahlender Erfolg!

Nehmen Sie teil am Erfolg einer Weltmarke:
Pepsodent – die Zahncreme mit dem neuen, quellfrischen Geschmack – entfernt den grauen Zahnbelag, den Nährboden für schädliche Bakterien. Denn Pepsodent enthält Irium®, das speziell gereinigte Natriumlaurylsulfat. Dadurch bleibt die Mundflora gesund, der Atem frisch und der Zahnschmelz vor empfindlichen Schäden geschützt.

Pepsodent
MACHT IHRE ZÄHNE STRAHLEND WEISS

Weltmarke durch Qualität
macht Ihre Zähne strahlend weiß

Ich war zu oft allein...

Fortsetzung von Seite 49

Wie konnte ich so feige sein? Heute ist es mir unverständlich. Was konnte mir schon passieren? Falls mich Toni nicht mehr liebte und die Trennung verlangte, nun gut, dann war das Ende mit Schrecken besser als der Schrecken ohne Ende. Immerhin hatte ich einen Beruf erlernt und brauchte keinen Mann, der für meinen Lebensunterhalt sorgt. Doch leider fehlte mir der kühle Blick für solche Überlegungen.

Andererseits tat ich die ausgefallensten Dinge, um mir das schlechte Gewissen zu erleichtern. Ich putzte Tonis Schuhe täglich auf Hochglanz. Alle seine Hosen, einschließlich der ältesten, versah ich mit messerscharfen Falten. Ja, ich überwand sogar meinen Widerwillen und begann, wie Toni es wünschte, ein Kontobuch über alle Haushaltsausgaben zu führen. Und häufiger als sonst kochte ich ihm seine Lieblingsgerichte. Niemals ist er so verwöhnt worden, wie gerade in dieser Zeit. Dennoch wurde ich weder das Schuldgefühl noch die körperlichen Beschwerden los.

Wird jemals Gras darüber wachsen?

Endlich kam dann die Gelegenheit. — Wieder einmal mußte Toni auf Dienstreise fahren. Sie sollte Montag in der Frühe mit einer Dienstbesprechung in der Oberforstdirektion beginnen.

Wie aus heiterem Himmel sagte Toni am Sonnabendmorgen beim Frühstück zu mir: „Lia, mache bitte den Koffer fertig. Ich fahre noch vor dem Mittagessen los."

„Wohin denn?" fragte ich verdutzt. „Auf Dienstreise natürlich", sagte Toni, als ob es das Selbstverständlichste wäre, eine Dienstreise zwei Tage vorher anzutreten.

„Ich verstehe dich nicht", wagte ich zu entgegnen. „Du sollst dich doch erst Montag früh bei der Oberforstdirektion melden.

Toni wurde ungehalten. „Das geht dich überhaupt nichts an. Aber wenn du es unbedingt wissen willst: ich werde das Wochenende mit Kriegskameraden verbringen."

Da gingen mir die Nerven durch. „Dir, mit deinem kalten, abweisenden Benehmen, ist es recht geschehen, daß ich dich betrogen habe", schrie ich ihm ins Gesicht. Toni erstarrte. Nie hatte er mich so erregt gesehen. Dann fragte er fassungslos: „Was hast du gesagt?"

„Leider ist es wahr", sagte ich mit einer Ruhe, die mich selbst überraschte, und gestand Toni rückhaltlos meine Schuld ein ... Dann sagte ich: „Jetzt entscheide dich, was du tun willst."

Toni blieb übers Wochenende, und wir versöhnten uns. Es fiel ihm be-

stimmt nicht leicht, dennoch verzieh er mir. Gewiß, ganz verzeihen wird er mir wohl nie können, und ich werde das Gefühl der Schuld wohl nie völlig loswerden.

Seither sind Jahre vergangen. Wir haben uns beide sehr geändert. Toni wurde häuslicher, und ich bin ruhiger geworden. Heute stehen wir uns näher als je zuvor.

Michaela Arden sagt:

Schuldgefühle sind eine größere seelische Belastung, als vielfach angenommen wird. Nicht selten rufen sie schwere seelische Gleichgewichtsstörungen und körperliche Schäden hervor.

Wie befreit man sich von einer so gefährlichen seelischen Last? Um diese Frage richtig beantworten zu können, muß man wissen, daß die Schuldgefühle durch das Über-Ich hervorgerufen werden. Das Über-Ich ist eine Art Polizei und Zensur, die jeder Mensch in einer für ihn charakteristischen Form besitzt und die ein Teil seiner Persönlichkeit ist.

Hauptsächlich durch die Verhaltensmaßregeln der Eltern und Erzieher wird das Über-Ich in der Kindheit geprägt. Der größere Teil ist unbewußt, der kleinere Teil bewußt: in Form des Gewissens.

Als schwere seelische Last wirkt sich das Über-Ich oft aus, wenn es von harten, strengen Eltern geprägt wurde, die ihren Kindern eine endlose Kette von Verboten auferlegten.

Hier die Möglichkeiten der Schuldbefreiung:

Die Ersatzhandlung kompensiert das Schuldgefühl. Etwa durch ein persönliches Opfer oder ein Geschenk.

Die **Rationalisierung** bringt in manchen Schuldsituationen Erleichterung. Die Gedanken bewegen sich etwa in folgender Richtung: „Warum war er auch so kalt und abweisend zu mir. Geschieht ihm ganz recht, daß ich mich zu einem anderen Mann hingezogen fühle."

Das Geständnis kann das Gewissen entlasten, aber — auch alles verderben, wenn die Offenheit den Partner verletzt. Freimütige Geständnisse, die lediglich dazu dienen, ohne Rücksicht auf den anderen die eigenen Schuldgefühle loszuwerden, rufen mit ziemlicher Sicherheit neue Komplikationen hervor.

Die Beichte mit anschließender Lossprechung von den Sünden im Namen Jesu Christi ermöglicht den Christen beider Konfessionen, nicht nur den Rat des katholischen bzw. protestantischen Geistlichen zu suchen, sondern auch innere Befreiung zu finden.

Die Psychotherapie, angewandt von einem speziell geschulten Arzt, empfiehlt sich besonders bei schweren Fällen von Schuldgefühlen, damit nicht tiefgreifende seelische und körperliche Schäden entstehen.

Diese Geschichte ist eine wahre Geschichte. Lediglich mit Rücksicht auf die betreffenden Personen wurden Namen und auffällige Begleitumstände geändert. Für das Foto stellte sich ein Berufsmodell zur Verfügung. Aufnahme: R. Lauert

Im nächsten Heft:

Ich war zu lange Nesthäkchen

Sofort und immer heißes Wasser

Das Problem ist gelöst: fließend Warmwasser am Waschbecken — einfach und bequem mit dem AEG-5-Liter-Waschtischspeicher. Überall dort, wo noch eine Warmwasserquelle fehlt, im Haushalt oder in den Arbeitsräumen, läßt sich dieses moderne AEG-Gerät schnell und einfach installieren. Leichte Montage unter jedem Becken • Wassertemperatur einstellbar von WARM bis HEISS • geschmackvolle flache Form, eleganter Kunststoff-Außenmantel • hochwertige Wärme-Isolation, dadurch wirtschaftlicher Betrieb. Und vergessen Sie nicht: immer und überall betreut vom AEG-Kundendienst.
Empfohlener Preis 174,— DM ohne Armatur
Lassen Sie sich den AEG-Waschtischspeicher unverbindlich beim guten Fachhandel vorführen, oder senden Sie den untenstehenden Coupon an die AEG Nürnberg.

PH 10/62

AEG Waschtischspeicher

Senden Sie mir bitte kostenlos Prospekte über AEG-Heißwassergeräte
Name: .....
Ort: .....
Straße: .....

An das AEG-Heißwassergeräte-Werk, Abt. H 13, 85 Nürnberg, Postfach 180

AEG - das Zeichen, dem die Welt vertraut

Die Kneipp-Kur daheim - unter diesem Motto werden seit einiger Zeit in Bad Lauterberg am Harz Lehrgänge für Hausfrauen und junge Mädchen durchgeführt. „Denn es obliegt den Müttern, für eine gesunde Lebensweise innerhalb der Familien zu sorgen", sagte uns der Vorsitzende des Kneipp-Bundes, Herr Memminger. FÜR SIE berichtet Ihnen heute über einen Lehrgang an der „Norddeutschen Gesundheitsschule".

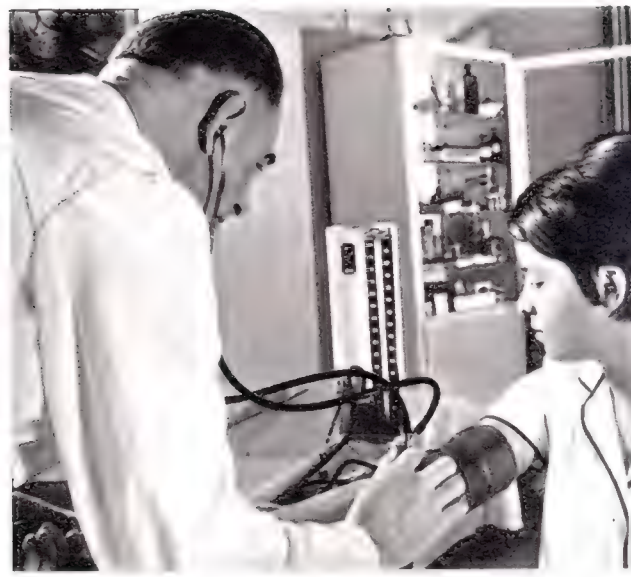
Die Praxis. Die Teilnehmerinnen der Lehrgänge an der „Norddeutschen Gesundheitsschule" unterziehen sich einer ganz normalen Kneipp-Kur, bei der sie erfahrene Lehrerinnen über den Sinn der einzelnen Übungen aufklären. Zu den wichtigsten Grundübungen zählt das „Trockenbürsten" – in kreisenden Bewegungen „zum Herzen hin" wird die Haut mit einer Bürste bearbeitet, bis sie gerötet ist. Das regt den Blutumlauf in der Haut an und belebt den Stoffwechsel und den Kreislauf.

Die Theorie. Facharzt Dr. von P. unterrichtet die Teilnehmerinnen des Kursus über die wichtigsten Lebensvorgänge im menschlichen Körper; darauf baut er die Lehren des Pfarrers Sebastian Kneipp von der richtigen Ernährung und Körperpflege auf. – Der 16tägige Kursus kostet 200,– DM für Unterbringung, Vollpension, ärztliche Betreuung, Kneippanwendung und Schulung – dieser Betrag liegt unter dem Selbstkostenpreis; die Differenz wird vom Kneipp-Bund getragen.

FÜR Sie

-Bericht über die „Norddeutsche Gesundheitsschule“ in Bad Lauterberg am Harz

Hausfrauen lernen kneippen



Die Untersuchung. Jede Teilnehmerin wird vom Facharzt sorgfältig untersucht, bevor der Kursus beginnt. So weiß sie gleich, wie es um ihre Gesundheit steht. Der Arzt stellt einen Kurplan auf, aus dem die Teilnehmerin erfährt, welche Anwendungen für sie besonders geeignet sind und welche sie auslassen kann. Sie soll sich ja während des Lehrgangs auch selbst erholen.

Fortsetzung auf Seite 54

Hosen, die nichts übelnehmen

Chic, flott, bequem und doch korrekt im Sitz: die ideale Freizeithose für die moderne Frau, richtig zum Entspannen – im Haus und Garten, bei Sport und Camping. Freizeithosen mit HELANCA-Garn sind betont modisch, perfekt im Sitz, phantastisch elastisch und besonders leicht zu pflegen. Achten Sie auf Ihren Vorteil, auf das richtige Etikett

Helanca® ELASTIC

Modell Wiedekind

® = eingetragenes Warenzeichen

Heberlein & Co. AG., Wattwil/Schweiz, gestattet den Gebrauch des Warenzeichens HELANCA nur für nach bestimmten Verfahrensvorschriften hergestellte Garne und daraus gefertigte Artikel, die den von ihr aufgestellten und laufend überwachten Qualitätsanforderungen entsprechen.

Hausfrauen lernen kneippen

Fortsetzung von Seite 53

Massage. Mit wenigen Griffen kann die Hausfrau daheim leichte Verspannungen lösen, die sich Kinder beim Spiel oft zuziehen. Auf den Unterricht in der Massage wird in Bad Lauterberg großer Wert gelegt – sie gehört zur Kneipp-Kur ebensosehr wie die Wasserbehandlung. „In der Öffentlichkeit herrschen falsche Vorstellungen über den Kneipp-Gedanken", sagte uns Herr Memminger, der Vorsitzende des Kneipp-Bundes. „Man glaubt, kneippen sei eine reine Kaltwasserbehandlung." In Wahrheit heißt kneippen: Mit natürlichen Mitteln ein gesundes Leben führen.

Kosmetik. Nach einer theoretischen Unterrichtsstunde zeigt eine geprüfte Kosmetikerin den Kneipp-Schülerinnen, wie man durch Masken, Packungen und Massagen die zarte Haut des Gesichts und die Hände richtig pflegt. Die kosmetischen Mittel haben entweder eine pflanzliche Grundlage – Kräuter, Moor oder Chlorophyll zum Beispiel –, oder sie bestehen vorwiegend aus Ei, Quark oder Honig.

Fortsetzung auf Seite 56

Der Heusack. Die Hausfrauen erfahren am eigenen Körper, wie der Heusack – ein in Dampf erhitzter Leinensack mit Heublumen – verkrampfte Muskeln löst und den inneren Organen wohltut. Für die häusliche Krankenpflege ist dieses einfache und wirkungsvolle Mittel unentbehrlich.

NEU: Der perfekte Gardisette-Vorhang

GARANTIE

Für jeden Meter Gardisette, der das Werk verläßt, bürgen wir mit der Garantie: Kein Spannen – kein Bügeln – kein Einlaufen mehr.

Wir sind bereit, für jeden Meter kostenlos Ersatz zu leisten, wenn Gardisette trotz Behandlung gemäß der Waschvorschrift nicht den in der Garantie verbürgten Eigenschaften entspricht. Diese Garantie wird nur gültig, wenn das Original-Gardisette-Webetikett eingenäht ist.

Gardisette

Gardisette-Werk GmbH. Emsdetten/W.

Mit der perfekten Fensterdekoration bietet Ihnen das Gardisette-Werk neben der pflegeleichten Gardisette-Gardine endlich auch den bügelfreien Gardisette-Vorhang, der garantiert nicht einläuft und auch nach vielem Waschen weder seine Form noch die Leuchtkraft seiner Farben verliert.

Einkauf ohne Risiko

Mit dem Gardisette-Garantieschein verpflichtet sich das Gardisette-Werk juristisch verbindlich zu kostenlosem Ersatz falls Gardisette nicht dieser Garantie entsprechen sollte.

Gardisette-Gardinen kosten je Meter

150 cm hoch	DM 7,35
200 cm hoch	DM 9,80
250 cm hoch	DM 12,25
300 cm hoch	DM 14,70

Gardisette-Vorhänge kosten je Meter

120 cm breit	DM 14,70

Gardisette-Ratgeber kostenlos

An die Gardisette-Heimberatung 113 Emsdetten/W.

Bitte, senden Sie mir kostenlos Ihren 32 seitigen Gardisette-Ratgeber mit einer ausführlichen Information über die perfekte Fensterdekoration.

Name: .....

Anschrift: .....

Bitte in Blockschrift ausfüllen und auf eine Postkarte kleben.

Hausfrauen lernen kneippen

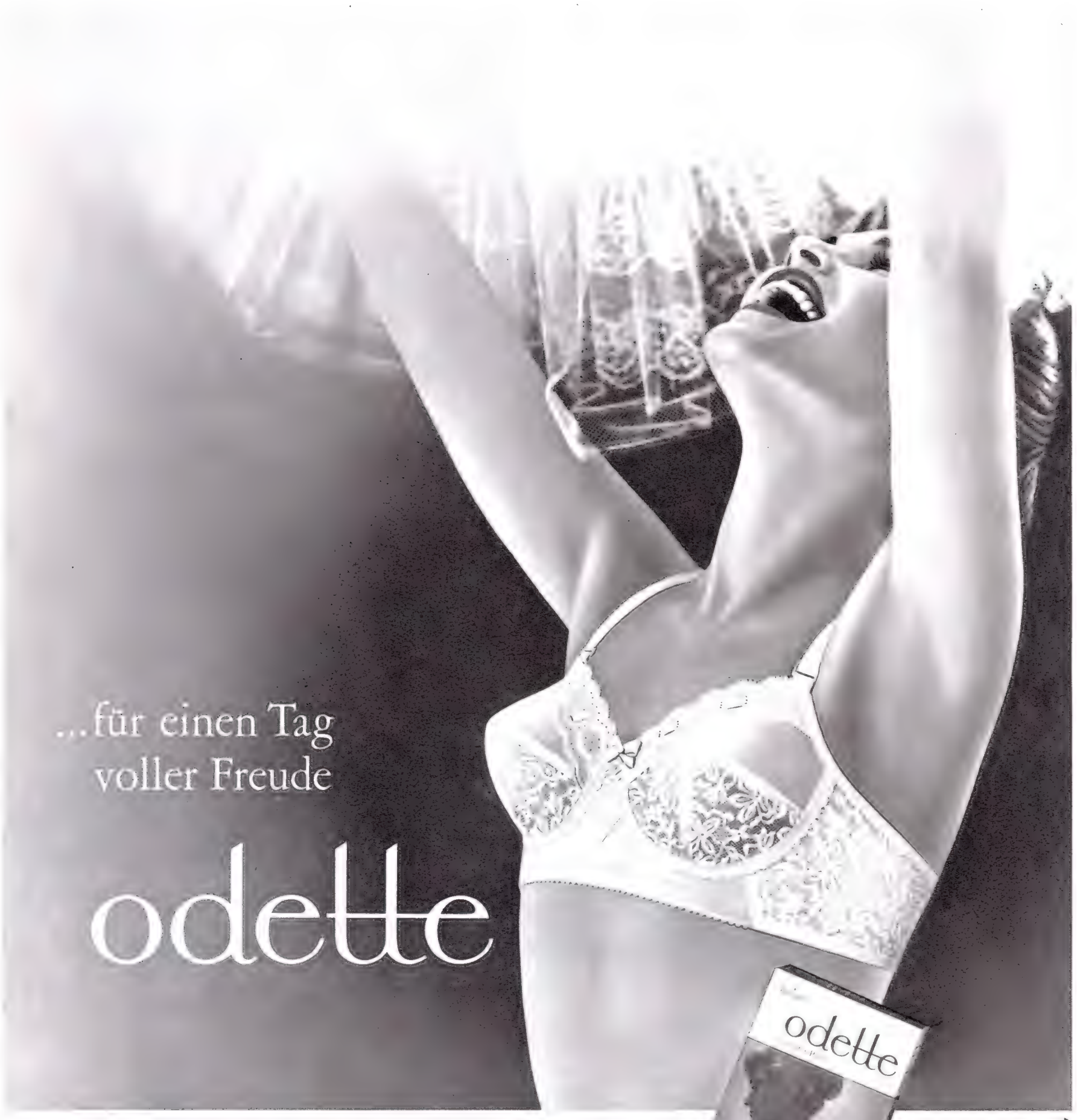
Fortsetzung von Seite 55

In der Küche darf jede Kursusteilnehmerin die empfohlenen Speisen selbst zubereiten. Der Hauptgedanke der Kneipp-Diät: Vor jeder Mahlzeit muß ein Obst- oder Gemüsesalat oder -saft genossen werden. „Die meisten Krankheiten entstehen durch falsche Ernährung", sagte uns Dr. von P. „Wir wenden uns deshalb besonders an die Frauen, weil es in ihrer Hand liegt, was die Ehemänner und die Kinder daheim zu essen bekommen."

Wechsel-Armbad. „5 Minuten warm und 10 Sekunden kalt" – das ist die Regel für Wechsel-Armbäder. Das Armbad unterstützt die Herz- und Lungentätigkeit. Sie können es daheim – vorausgesetzt, daß Sie warme Hände haben – ebenso anwenden wie den „Gesichtsguß" (unser Bild rechts), der eine bessere Durchblutung der Haut bewirkt. Übrigens – viele Frauen fürchten sich vor der Kneippkur, weil sie glauben, sie sei eine reine Kaltwasserbehandlung; tatsächlich wird bis zu 80 Prozent warmes Wasser verwendet. – Wenn Sie sich über weitere Kurse an der „Norddeutschen Gesundheitsschule" in Bad Lauterberg am Harz unterrichten möchten, so wenden Sie sich bitte an den Kneipp-Bund e. V., Hannover, Jordanstraße 17.

Bildbericht: Wolfgang Michaels

Das Wassertreten gehört zu den bekanntesten Kneipp-Anwendungen – wenn man 60 Sekunden in kaltem Wasser auf- und abgeht, wird das Blut aus dem Kopf abgeleitet. Es ist außerdem eine gute Abhärtung und Hilfe gegen erschlaffende Venen und Krampfadern in den Beinen. Abhärten und Vorbeugung gegen Krankheit und frühzeitiges Altern – das sind die Grundgedanken der Kneipp-Kur. „Deshalb wenden wir uns an die Hausfrauen und Mütter", sagte uns Herr Memminger. „Denn in ihren Händen liegt die Gesundheit der Familien."



...weil endlich auch ein so leichter BH zuverlässig formt

Ein neues Formprinzip, das hauchzarte Material »in-form«, ist das Geheimnis des odette-BH. »in-form« stützt und festigt ganz unauffällig – ohne Fütterung, ohne Schaumgummi. »in-form« behält auch nach häufigem Waschen seine Formkraft.
»in-form« formt ideal, ist luftig und leicht, sitzt wunderbar!

odette Luxe
mit der Perle
kurzer BH mit Trägern
DM 12,75

2-27

Die Miederlinie odette umfaßt neben BHs – mit und ohne Träger – auch Schlüpfer, Miederhöschen, Corselets und Strumpfhaltergürtel.

...natürlich von **Triumph**
INTERNATIONAL

Entdeckerfreuden an der Triestiner Riviera

URLAUBSTIP FÜR SIE

Wollen Sie Ihre Ferien preiswert im Süden verbringen? Suchen Sie schön gelegene Badeorte, nicht zu teuere Unterkünfte? Möchten Sie uralte Kulturdenkmäler und interessante Naturwunder sehen? Ja? Dann wissen wir das richtige Urlaubsziel für Sie: Die Triestiner Riviera. Dieser sonnige Landstrich liegt an der blauen Adria. Er gehört zwar noch nicht zu dem „Land, wo die Zitronen blühen", bietet aber trotzdem von März bis Oktober ideales Ferienwetter. Nur abends wird es meist etwas frischer — vergessen Sie also Ihren Pullover nicht!

An der Triestiner Riviera finden Sie See- und Bergklima zugleich. Sie treffen hier trotz der modernen Einrichtungen auf unverfälschte Menschen und eine ursprüngliche Landschaft. Eine Fahrt an die Triestiner Riviera bringt Ihnen auch noch folgenden Vorteil: Die Reise ist kürzer und damit billiger, als wenn Sie weiter in den Süden fahren.

Die Entfernungen betragen:
von Hamburg . . . etwa 1300 km,
von München . . . etwa 500 km,
von Wien . . . . etwa 500 km.

Preiswerte Unterkünfte finden Sie vor allem in den Orten Duino und Sistiana. Wie uns versichert wurde, stehen hier rund 550 Privat- und 600 Hotel- und Pensionsbetten zur Verfügung. Wie nun erreichen Sie die Triestiner Riviera? Wenn Sie mit der Bahn reisen, müssen Sie in Monfalcone aussteigen. Von hier fahren Sie in zwölf Minuten mit dem Bus nach Duino. Die Bahnstation von Sistiana heißt Visogliano. Alle Autostraßen dieses Gebietes befinden sich in sehr gutem Zustand. Wenn Sie fliegen wollen, müssen Sie auf dem Flugplatz Ronchi, 32 km nordwestlich von Triest, landen.

Für Erholungssuchende . . .

Die Riviera von Duino bis Triest ist 20 km lang. Überall an der Küste finden Sie gute Bademöglichkeiten. Moderne Badeanstalten gibt es in Duino, Sistiana und Triest. Der Strand besteht nicht aus Sand, sondern aus ganz kleinen Steinchen. Keine Angst! Die Steine sind rund und bereiten Ihnen beim Auftreten keine Schmerzen.

Wer genug gebadet oder gefaulenzt hat, findet Zeitvertreib in Hülle und Fülle. Sie können sich zum Beispiel einmal mit einem Fischer verabreden, der Sie gern mit hinaus aufs Meer nimmt. Auch segeln, rudern, Wasserski fahren und Tennis oder Golf spielen können Sie. Eine nächtliche Kreuzfahrt auf dem Meer beschert Ihnen ein unvergeßliches Erlebnis.

Längs der Küste erstreckt sich malerisch ein 300 Meter hohes Plateau, das teilweise bewaldet ist und zu Spaziergängen einlädt. (Hier ging einst Rainer Maria Rilke gern spazieren. Ein Weg von Duino nach Sistiana wurde deshalb nach dem Dichter benannt. In Duino entstanden zum Teil seine Duineser Elegien.)

Von den zahlreichen Aussichtspunkten entlang der Küste bieten sich Ihnen herrliche Weitblicke. Bei gutem Wetter können Sie sogar die Umrisse der Alpen sehen.

. . . und Entdeckungsfreudige

Wenn Sie gern auf Entdeckungen ausgehen, sind Sie an der Triestiner Riviera gerade richtig. Wir können Ihnen hier nur einige von vielen Möglichkeiten aufzeigen. Vor allem empfehlen wir Ihnen einen Besuch des Schlosses von Miramare. Von hier zog 1864 Erzherzog Maximilian von Österreich aus, um Kaiser von Mexiko zu werden. Er sah das Schloß nie wieder: Ein Exekutionskommando des siegreichen Präsidenten Juares erschoß ihn 1867 in Mexiko. Diese Tragödie können Sie in eindrucksvollen Wort- und Singspielen miterleben. Dreimal in der Woche werden Vorstellungen in deutscher Sprache gegeben.

Ein nicht minder „tiefes" Erlebnis ist ein Besuch der Grotta Gigante. Diese Sehenswürdigkeit dürfen Sie sich nicht entgehen lassen. Auf dem Karstplateau um Triest gibt es mehrere

Fortsetzung Seite 60

Vom Plateau bietet sich Ihnen ein herrlicher Blick hinab auf die Bucht von Sistiana. Der Ort besteht aus einer modernen Wohnsiedlung, die am Rande eines großen Waldes liegt. Aber am reizvollsten ist die schön geschwungene Bucht mit dem malerischen Fischereihafen, mit den Zeltreihen, den kleinen Häuschen und buntenSonnenschirmen. An dieser Küste entlang ging einst der Dichter Rainer Maria Rilke, als er im benachbarten Duino wohnte.

Der sechste Vorschlag für Ihre Ferien 1962:

Die Riviera zwischen DUINO und TRIEST

Denkmal der Brigade «Lupe di Toscana»
Venezia
Castello Vecchio
Castello Nuovo
DUINO
VISOGLIANO
SISTIANA
Le Ginestre
Grado
Triest
Bhf. Bivio
Grotta Pocala
S. PELAGIO
AURISINA
Grotta Azzurra
S. CROCE
Vedetta «Scipio Slataper»
SGONICO
GABROVIZZA
202
RUPINPICCOLO
GRIGNANO
Bhf. Prosecco
PROSECCO
CONTOVELLO
Grotta Gigante
MONRUPINO
MIRAMARE
Vedetta d'Italia
BARCOLA
VILLA OPICINA
58
Leuchtturm della Vittoria
Vedetta «Alice»
TRIEST
202
MUGGIA
Muggia Vecchia
AQUILINIA
BAGNOLI

Entdeckerfreuden an der Triestiner Riviera

Fortsetzung von Seite 58

Grotten, aber nur eine Grotta Gigante. Sie befindet sich zwischen Prosecco und Monrupino und besteht aus einer riesigen Naturhöhle von 136 Meter Tiefe. Ihre Wölbung, die größte der Welt, böte selbst dem Petersdom von Rom Platz. Für einen Besuch müssen Sie in der Trattoria Milic (Tel. 21-480), Borgo Grotta Gigante, einen Führer anfordern. Eintrittspreis: 700 Lire. Gruppenbesichtigungen sind erheblich billiger.

Metropole des ganzen Gebietes ist Triest. Sie werden diese Stadt von 300 000 Einwohnern bestimmt besuchen. In diesem Zusammenhang ein Hinweis: Die unruhigen Zeiten während der ersten Nachkriegsjahre in Triest sind vorbei. Die Stadt gehört — nachdem sie zunächst zum Freistaat erklärt worden war — seit 1954 praktisch zu Italien. Die jugoslawische Grenze ist nicht weit, aber das beunruhigt heute niemanden mehr.

Die geschäftige Stadt liegt am Steilhang des Karstplateaus. Sie hat ein modernes Gepräge und ist in mancher Hinsicht Neapel oder Genua ähnlich. Triest weist architektonische Sehenswürdigkeiten auf, wie das alte römische Theater oder die Kathedrale und das Kastell San Giusto. Von der Festung bietet sich ein herrlicher Blick auf die Stadt. Ein wunderschöner Platz ist der Piazza d'Unità, das Herz der Stadt, der an drei Seiten von Palästen umschlossen ist und sich zum Meer hin öffnet. Ein malerisches Bild bietet der Canale Grande; er träumt von vergangenen Zeiten, als Schiffe aus allen Adriahäfen auf ihm fuhren.

Wer zünftige Pferderennen liebt, kommt in Triest ebenfalls auf seine Kosten. In der Nähe der Stadt, im engen und felsenreichen Rosandratal, befindet sich eine alpine Kletterschule. Vielleicht fahren Sie auch einmal nach dem südlich von Triest gelegenen Muggia. Dieses alte Städtchen war einst venezianisch, wovon noch der Löwe von San Marco auf dem Rathaus zeugt. Auf dem Platz vor dem Dom (aus dem 15. Jahrhundert) werden in den Sommermonaten Goldonis Komödien aufgeführt.

Es gibt noch viele reizvolle Ausflugsziele um Triest. Wir nennen Monrupino mit seinen ländlichen Wirtshäusern, Grignano mit seinen Bädern, das hochgelegene Opicina. Sie können es mit einer Bergbahn von Triest aus erreichen. Im Nordwesten warten Aquileia, einst eine blühende Handelsstadt, und Grado auf Ihren Besuch. Diese schmale, langgestreckte Insel hat einen berühmten Sandstrand, wo Sie sich herrlich in der Sonne aalen können. Grado ist eine Autostunde von Triest entfernt und durch einen sechs Kilometer langen Damm mit dem Festland verbunden.

Sollte in Ihnen der Wunsch erwachen, einmal mit einer Gondel durch die Kanäle Venedigs zu fahren, dann können Sie die Lagunenstadt von Triest aus wöchentlich zweimal mit fahrplanmäßigen Dampfern und täglich zweimal mit einer Schnellbootlinie erreichen.

Wo Sie wohnen können

Nach den Ausflügen wollen wir in die Hotels und Pensionen von Duino oder Sistiana zurückkehren. In diesen beiden Orten warten die meisten Unterkünfte auf Sie. Wenn Sie einen Wagen mit haben, können wir Ihnen auch die kleinen Orte auf dem Plateau empfehlen. Von hier aus sind Sie immer schnell am Meer.

Sistiana ist eine moderne Siedlung am Rande eines großen Föhrenwaldes. Sie werden die Bucht von Sistiana mit dem kleinen Fischereihafen bestimmt bezaubernd finden. In und um Sistiana gibt es drei sehr schön gelegene Campingplätze. Ein weiterer Zeltplatz befindet sich in Villa Opicina, 8 Kilometer von Triest entfernt.

Einen reizenden Fischereihafen hat auch Duino, wo einst Dante und Rilke weilten. Schloß und Burgruine von Duino sind eine Sehenswürdigkeit. Sie werden sich die alten Gemäuer bestimmt ansehen — auch wenn in der Nähe der Burg die „Weiße Dame" spuken soll. In der Burg, so heißt es, wurden die ersten Beobachtungen gemacht, die zur Erfindung des Blitzableiters führten.

Überall an der Triestiner Riviera werden Sie auf gastfreundliche, höfliche und aufgeschlossene Menschen stoßen, in deren modern eingerichteten Unterkünften Sie sich wohl fühlen können. Viele, besonders die älteren Bewohner, sprechen deutsch; denn dieses Gebiet gehörte bis 1918 zu Österreich.

In Sistiana gibt es Läden und Ärzte. Auch können Sie in der Sparkasse Ihre DM in Lire umtauschen.

Die Preise für eine Ferienunterkunft betragen pro Nacht:

2-Bett-Privatzimmer mit Bad oder fließendem Wasser: 1000—1200 Lire;

2-Bett-Zimmer im Gasthof oder in einer Pension mit Bad oder fließendem Wasser: 1200—1600 Lire;

2-Bett-Zimmer in Vollpension: 1750 bis 3355 Lire;

Appartements (2—3 Zimmer): 100 000 bis 180 000 Lire (monatlich).

Vom 7. Tag an müssen Sie eine Kurtaxe entrichten. Sie beträgt etwa 200 bis 600 Lire. (Kinder bis zu drei Jahren sind davon befreit.) Kinder sind überhaupt willkommen. In Privathäusern werden Ihnen die Wirtsleute auch gern eine Möglichkeit zum Kochen geben. Erschrecken Sie übrigens nicht über die hohen Lire-Beträge. Die Preise halten sich durchaus in Maßen. Hier der Umrechnungskurs:

1,— DM = 153 Lire oder
100 Lire = 0,65 DM.

Ein Zwei-Bett-Zimmer (ohne Verpflegung) können Sie also schon für 7,– DM pro Nacht mieten.

Fortsetzung auf Seite 62

Das müssen Sie wissen!

Für die Einreise nach Italien und für einen Aufenthalt von höchstens drei Monaten genügt ein Personalausweis für Bürger der Bundesrepublik. Österreichische Staatsbürger benötigen leider zur Zeit ein italienisches Visum (kostenlos bei den Konsulaten). Innerhalb von drei Tagen nach Ihrem Grenzübertritt müssen Sie bei der örtlichen Polizei eine „Aufenthaltserklärung" abgeben. Diese Formalität erledigt in der Regel Ihr Quartierswirt für Sie.Deutsches Geld können Sie in Italien ohne Formalität umtauschen. Gebrauchsgegenstände, auch Fotoapparate und Koffer-Plattenspieler, dürfen Sie anstandslos mit über die italienische Grenze nehmen. Für Rundfunkgeräte, auch Autoradios, müssen Sie eine Gebühr von 200 Lire entrichten.

Was und wieviel dürfen Sie nach Deutschland einführen? Andenken bis zu einem Warenwert von insgesamt 50 DM gelten als „zollfreie Reisemitbringsel". Zollfrei sind auch unter anderem: Ein Liter Wein, dreiviertel Liter Spirituosen, 25 Zigaretten oder 10 Zigarren. Die Zollbeamten sind sehr freundlich. Fragen Sie immer, wenn Sie Zweifel haben!

Autofahrer erhalten an der Grenze kostenlos den „Touristenausweis" (Tessera Turistica). Er gilt als Zollpassierschein für Ihren Wagen. Daneben müssen Sie nur noch die nationale Zulassungskarte und den Führerschein mit sich führen. Mit Benzingutscheinen können Sie in Italien Treibstoff um ein Drittel billiger bekommen. Sie können diese Gutscheine an den Grenzübergangsstellen, besser aber schon in Deutschland bei den Geschäftsstellen des ADAC und AvD oder bei den Filialen der Dresdner Bank kaufen. An der Grenze bekommen die Gutscheine einen Gültigkeitsvermerk des ACI (Automobile Club Italiano). Die italienischen Verkehrsregeln gleichen ziemlich den deutschen. Pflichtversicherungen sind nicht üblich.

Wenn Sie an Ihre Lieben in Deutschland schreiben wollen: Ein Brief kostet 70 Lire, eine Karte 40 Lire. Briefmarken (francobollo) können Sie nicht nur auf der Post, sondern auch in den Tabakgeschäften kaufen.

Ein Telefongespräch von jedem Ort in Deutschland nach jedem Ort in Italien kostet bei drei Minuten Dauer 6,30 DM. Für Gespräche von Italien nach Deutschland gilt ein Einheitspreis, der diesem Betrag etwa entspricht.

Wer vom Baden genug hat, findet in Sistiana Zeitvertreib in Hülle und Fülle. Was ist schöner als eine Segelpartie auf der Bucht oder eine lustige Fahrt im Ruderboot! Auch herrlich Tennis spielen und Wasserski fahren können Sie in Sistiana.

Glücksklee – aus naturfrischer Vollmilch

Alles Wertvolle, was frische Milch so lebenswichtig macht, ist in Glücksklee enthalten — außerdem wird sie mit dem kostbaren Sonnenvitamin D_3 angereichert. Nichts wird ihr entzogen als das überflüssige Wasser. Mit Glücksklee haben Sie immer gesunde, gehaltvolle Milch im Haus.

Goldbrauner Kaffee durch Glücksklee -
das ist vollendeter Kaffeegenuß!

Entdeckerfreuden an der Triestiner Riviera

Fortsetzung von Seite 60

Buon appetito!

Auch die Liebe zu einem Land kann durch den Magen gehen. Wenn Sie unserem Ferienvorschlag folgen und an die Triestiner Riviera fahren, werden Sie immer gut und reichlich zu essen bekommen. Darüber hinaus warten auch einige Spezialitäten auf Sie, die Ihnen sicherlich munden werden. Spaghetti bekommen Sie hier natürlich auch, wie überall in Italien. Auf die Suppe streut man Parmesankäse. Fische, wie Sardellen und Scampi (Seeschwänze), sowie Langusten, Hummer, Krebse und Muscheln werden an der Küste reichlich angeboten. Im Herbst werden auch Fasanen, Hasen und Rehe serviert. Zu guter Letzt noch einige interessante Spezialitäten: iota ist eine Suppe mit Sauerkraut und Bohnen, fridole eine Mehlspeise, pressnitz eine Süßspeise und putiza ein Nußstrudel. Das müssen Sie alles einmal ausprobieren. Außerdem können Sie an der Triestiner Riviera guten Wein trinken, wie Pinot (weiß) oder Prosecco-Wein. In Monrupino gibt es den berühmten blutroten Terrano-Wein, der auch Karstblut genannt wird.

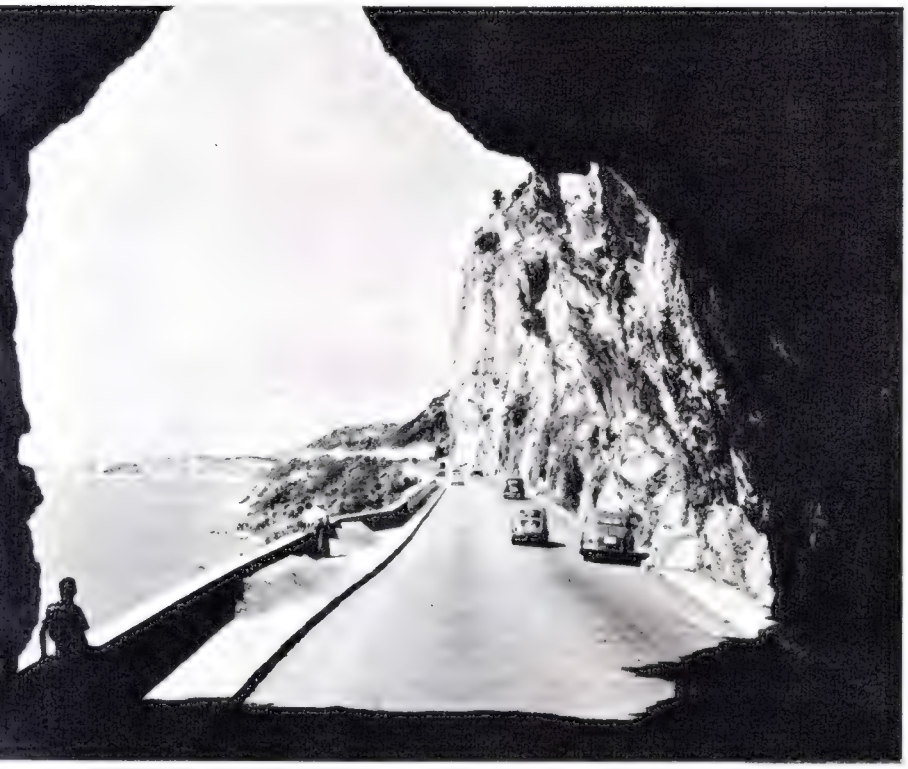
Angesichts all der lukullischen Genüsse, die auf Sie warten, wünschen wir Ihnen: Buon appetito (guten Appetit)!

Gutes Klima für die Kinder

Wer gen Süden fährt, um dort auch Gesundheit zu finden, wird von der Triestiner Riviera nicht enttäuscht sein. Wenn Sie im Meer gebadet haben, sind Sie in wenigen Minuten mit dem Auto auf einer Höhe von etwa 300 Meter, Sie können sich also sehr leicht milden Klimareizen aussetzen. Besonders gut bekommt das Klima im Triester Golf den Kindern. Die Luft enthält nämlich dort gerade die richtige Menge an Mineralstoffen, um das Blut der Kinder zu verbessern, um Appetitlose zu Heißhungrigen zu machen. Nicht empfehlen können wir die Triestiner Riviera den Föhnempfindlichen; denn der warme Schirokko, der dort häufig weht, ähnelt unserem Föhn. Der Schirokko löst bei manchen Menschen Migräne aus und plagt sie mit Herzklopfen.

Wer gibt Auskunft?

Wenn Sie unserem Ferienvorschlag folgen und an die Triestiner Riviera fahren wollen, wenden Sie sich bitte — unter Berufung auf die FÜR SIE — an das Fremdenverkehrsbüro Sistiana bei Triest.



Kühn ist die herrliche Autostraße entlang der Triestiner Riviera aus den Felshängen der Steilküste herausgesprengt. Immer wieder gibt sie schöne Ausblicke über den Golf frei.
Fotos: Giornalfoto (2), Pozzar (1)

Empfehlenswerte Reisebücher

Über die Triestiner Provinz informieren Sie unter anderem folgende Bücher: „Urlaub zwischen Brenner und Adria", van den Bergh, Bertelsmann-Reiseführer, 192 Seiten, 75 Fotos und Zeichnungen sowie 13 Karten und Stadtpläne. Bertelsmann-Verlag, Gütersloh 1962, 5,50 DM.

Grieben-Reiseführer, Band 106, Venetien-Emilia, Marken und Triest. Grieben-Verlag GmbH., München.

Kiwi-Reiseführer, Nord-Italien, Verlag Kiepenheuer und Witsch, Köln und Berlin, 7,80 DM.

Im nächsten Heft stellen wir Ihnen das Salzburger Seenvorland vor.

Wieder neue Thompson Tips für zeitgemäße

40

Warum wird die Diele so unansehnlich?

Frau Helga G. aus Bielefeld fragt: Seit zwei Jahren pflege ich den Kunststoffboden unserer Diele regelmäßig mit Gliz. Im Wohnzimmer bin ich mit der Gliz-Pflege sehr zufrieden, aber der Dielenboden sieht nie so richtig sauber aus. Woran kann das liegen?

Der Thompson-Beratungsdienst antwortet: Da die Diele wohl am stärksten begangen wird, liegt es wohl an zwei Gründen: erstens treten die vielen Füße mit der Zeit doch etwas Schmutz in die Schutzschicht — zweitens werden Sie in der Diele häufiger Gliz aufgetragen haben. Da liegen jetzt einfach zu viele Emulsions-Schichten übereinander, die sich auch mit normalen Mitteln nicht entfernen lassen. Dazu brauchen Sie TE-WE SPEZIAL, mit dem Sie die alten Gliz-Schichten ablösen und gleichzeitig den Boden gründlich reinigen. Wenn Sie dem Boden dann nach dem Trocknen eine frische Gliz-Schicht geben, sieht er wieder aus wie neu.

Zum Ablösen alter Emulsions-Schichten: **Thompson Te-We Spezial** *

41

Große Parkettflächen – schnell gepflegt

Fräulein Emmy W. aus Berlin fragt: Ich lege Wert darauf, daß sämtliche Parkettfußböden im ganzen Haus mit Bohnerwachs gepflegt werden. Das ist ziemlich mühsam, zumal es sich um große Flächen handelt. Können Sie mir einen Tip geben, wie ich das am besten mache? Ich habe nämlich noch eine Menge andere Hausarbeit zu erledigen.

Der Thompson-Beratungsdienst antwortet: Nehmen Sie zur regelmäßigen Parkettpflege THOMPSON FLÜSSIGWACHS NOXON. Dieses flüssige Bohnerwachs hat die gleichen Eigenschaften, die Sie schon von einem festen oder pastösen Bohnerwachs her kennen. Darüber hinaus bietet jedoch das Flüssigwachs Noxon für die Lösung Ihres Pflegeproblems besondere Vorteile. Durch die flüssige Form können Sie Noxon besonders gut verteilen. Sie erreichen dabei einen dünnschichtigen Auftrag, der besonders zweckmäßig ist, wenn Sie Ihren Boden regelmäßig pflegen. Außerdem werden Sie feststellen, daß bei dem Flüssigwachs Noxon die reinigende Wirkung besonders gut zur Geltung kommt. So werden Sie bestimmt leicht mit den großflächigen Parkettböden fertig.

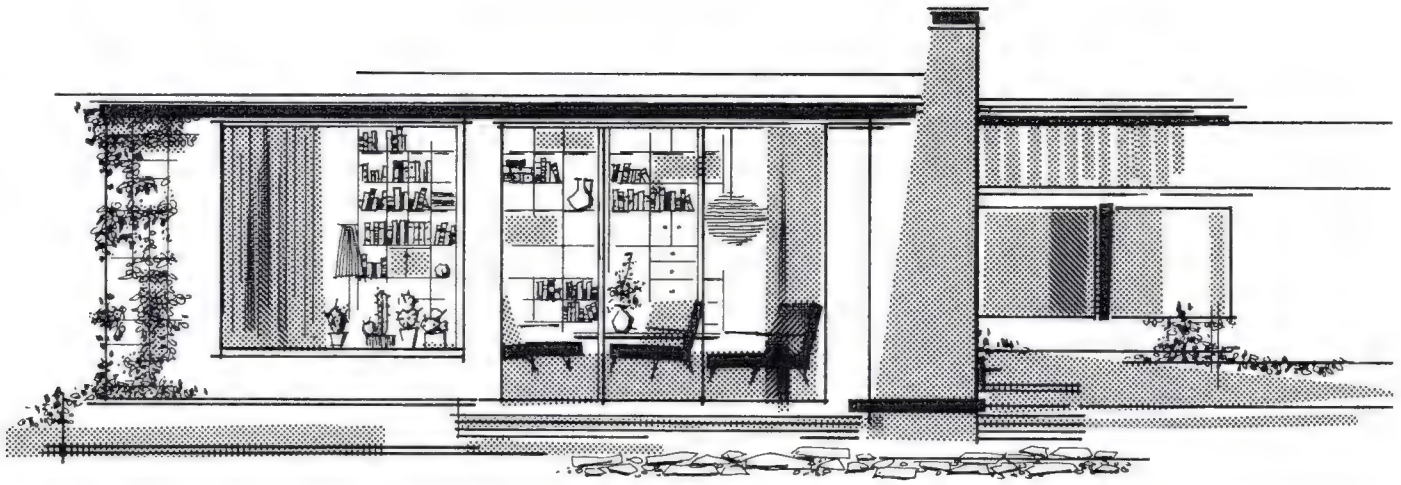
Große Flächen leicht gepflegt: **Thompson Flüssigwachs Noxon** *

42

Rotweinflecken auf dem Fußboden. Was nun?

Frau Gertrud K. aus Dortmund fragt: Vielleicht können Sie mir auch nicht mehr helfen: anläßlich einer Party wurde auf dem Boden an einer Stelle Rotwein verschüttet, wie das nun mal so ist. Nun gehen die Flekken von dem schönen Pitchpine-Fußboden nicht mehr ab. Es ist ein Jammer! Was mache ich nur?

Der Thompson-Beratungsdienst antwortet: Sicher bekommen Sie den Fleck wieder weg. Wenn der Fußboden eine gute Wachsschicht hatte, wird der Rotwein nicht tief eingedrungen sein. Tränken Sie einen



Wohnungspflege

Über viele Pflegeaufgaben hat die junge Hausfrau weder in der Schule noch im Beruf etwas gelernt. Deshalb wird der Thompson Beratungsdienst so oft gefragt — deshalb veröffentlicht er diese Fragen und Antworten in der Gewißheit, daß auch Sie manche praktische Anregung darunter finden.

Lappen mit THOMPSON FUSSBODENREINIGER DURINOL und reiben Sie kräftig. Geht der Fleck nicht weg, so war die Wachsschicht wohl abgetreten. Dann hilft nur leichtes Abschleifen mit Stahlwolle und noch einmal Fußbodenreiniger Durinol. Feucht nachwischen, trocknen lassen und wieder mit Seiblank einwachsen. Niemand wird ahnen, daß da mal ein Fleck war.

Für Flecken und hartnäckigen Schmutz: Thompson Fußbodenreiniger Durinol *

43

Für welche Böden nimmt man GLIZ?

GLIZ ist eine sogenannte Selbstglanz-Emulsion. Diese neue Art der Bodenpflege wurde erstmals in Deutschland von Thompson entwickelt. Gliz ist flüssig und enthält keine Lösungsmittel. Es läßt sich spielend leicht auftragen und gibt ohne Bohnern Glanz für Wochen. Gliz ist wasserfest und schützt den Boden auch bei starker Beanspruchung.
Diese besonderen Eigenschaften machen Gliz besonders geeignet für moderne Kunststoff-Beläge und alle glatten, wenig porösen Böden. Für Holzdielen und unversiegeltes Parkett z. B. aber ist ein gutes Bohnerwachs wie Seiblank vorzuziehen, das ja den Boden gleichzeitig reinigt und pflegt.

Dauerglanz ohne Bohnern

44

Was mache ich gegen streifige Fenster?

Frau Babara K. aus Pinneberg fragt: Ich kann mir die Hausarbeit nicht so einteilen wie manche Nur-Hausfrau, sondern ich bin auf die Mittagsstunden angewiesen, da ich ein Geschäft habe. Das größte Problem ist für mich das Fensterputzen. Gerade während der Mittagszeit scheint oft die Sonne genau in meine Ladenfenster und auch in die beiden anderen Fenster der Wohnung, und es ist unmöglich, sie streifenlos sauber zu bekommen. Was soll ich nur machen?

Der Thompson-Beratungsdienst antwortet: Ganz einfach: nehmen Sie zum nächsten Fensterputz kein Wasser, wie bisher, sondern putzen Sie Ihre Scheiben mit dem neuen **into** fensterklar. Damit lernen Sie eine fortschrittlichere Art des Fensterputzens kennen — ohne Wassereimer, ohne Leder, ohne Mühe. **into** fensterklar wird hauchdünn aufgetragen, saugt beim Trocknen allen Schmutz in sich auf und wird dann einfach abgestaubt. Streifen — auch bei hellem Sonnenschein — gibt es nicht mehr, denn Sie putzen ja ohne Wasser.

Fensterputzen
so leicht wie Staubwischen:
Thompson **into** fensterklar

*

Für besondere, nicht alltägliche Pflegeaufgaben gibt es auch spezielle Pflegemittel, die natürlich nicht jeder Kaufmann führen kann. Nach den mit einem Sternchen gekennzeichneten Produkten fragen Sie am besten in Fachgeschäften und Fachabteilungen wie z. B. Drogerien, Seifengeschäften, Farben-, Tapeten-, Linoleum-Geschäften oder Haushaltwaren-Geschäften.

Kostenlose Beratung

Gewiß haben auch Sie Fragen zur besseren Wohnungspflege. Sprechen Sie mit Ihrem Einzelhändler darüber, der Thompson-Erzeugnisse führt. Oder schreiben Sie an den Beratungsdienst der

Thompson-Werke GmbH,
Düsseldorf 1 · Postfach 1126

Th 14/62

Thompson
für die Wohnungspflege

Warum ATA so gut für Töpfe ist?

Bei Dingen, die mit Lebensmitteln in Berührung kommen, will man sicher sein, daß sie spurlos gereinigt und peinlich sauber sind. Nehmen Sie ATA – es hat den Vorzug, appetitlich und frisch zu reinigen. Es tilgt den Geruch und riecht selbst sympathisch. Nichts bleibt zurück. Legen Sie unbesorgt das Fleisch in den Topf!

ATA reinigt alles – so appetitlich sauber!

Mnemotechnik – ein schwieriges Wort? Ein Wort, das Sie sich nicht merken können? Nun, dann sollten Sie sich einmal ernstlich mit – Mnemotechnik beschäftigen. Dieser griechische Ausdruck bedeutet nämlich „Gedächtniskunst". Die folgenden Zeilen schrieb ein Fachmann dieser Kunst, und er behauptet:

Vielleicht haben Sie schon auf der Schule die anderen beneidet, die so rasch mit ihren Aufgaben fertig wurden, weil sie ein „besseres Gedächtnis" haben als Sie. Und heute? Gehören auch Sie zu jenen Frauen, die resigniert feststellen: „Ich kann eben nichts behalten — ich habe nun einmal ein schlechtes Gedächtnis?" Von dieser Vorstellung, liebe FÜR SIE-Leserin, sollten Sie sich frei machen, denn: Es gibt das gut- und das schlechttrainierte Gedächtnis, jedoch ein von Natur aus schlechtes Gedächtnis gibt es nicht!

Psychiater und Physiologen haben festgestellt, daß unser Gedächtnis Eindrücke und Erfahrungen in praktisch unbegrenzter Menge speichern kann. Auch Ihr Gehirn kann einer wohlgeordneten Kartei gleichen, der Sie in jedem beliebigen Augenblick das benötigte Erfahrungsmaterial abfordern können. Bevor ich Ihnen einige Hinweise gebe, wie Sie diese „Kartei" einrichten sollten, wollen wir versuchen, uns ein Bild davon zu machen,

Wie unser Gedächtnis arbeitet

Jeder bildliche oder akustische Eindruck, jede Wahrnehmung Ihres Geruchs-, Geschmacks- oder Tastsinnes führen zur Bildung eines Erregungsherdes in der Großhirnrinde. Die Erregungsherde verschwinden wieder, hinterlassen jedoch Spuren, Abdrücke der Sinneswahrnehmungen: die sogenannten Engramme, die in Form von elektrischen Markierungen in den Gehirnzellen eingelagert sind. Alle Gehirnzellen stehen miteinander in Verbindung, und so wird jede neue Wahrnehmung zum früher Registrierten in Beziehung gesetzt. Diese Erkenntnis ist für die Mnemotechnik außerordentlich bedeutsam.

Sicher haben auch Sie schon beobachtet, daß manche Menschen ein sehr spezialisiertes Gedächtnis haben. Bestimmt kennen Sie in Ihrem Bekanntenkreis jemand, dem sich Zahlen oder Farben, Formen oder Töne besonders gut einprägen. Aber auch Ihr Gedächtnis hat spezielle Fähigkeiten, die Sie vielleicht nicht einmal kennen. Diese „Individualität" des Erinnerungsvermögens zu überwinden — Sie möchten ja befähigt sein, jeden beliebigen Sinneseindruck zu speichern —, gleichzeitig aber Ihre eigenen besonderen Gedächtnisanlagen besser auszuwerten, das will der Mnemotechniker Sie lehren. Hier ein paar Faustregeln für diejenigen, die in dieser Kunst ganz neu sind.

Auch Sie haben ein gutes Gedächtnis!

Sie findet in ihrem Zettelkasten alles schnell wieder – auch Ihr Gedächtnis kann funktionieren wie eine Kartei, der Sie in jedem beliebigen Augenblick die benötigten Fakten entnehmen können.

So wird man zum „Gedächtniskünstler"

• Was auch immer Sie sich einprägen wollen — verknüpfen Sie es mit dem Ihnen bereits Bekannten.

• Ob es sich um einen Buchtext handelt oder um einen Vorgang, der sich vor Ihren Augen abspielt — nur wenn Sie das Gelesene oder Geschaute völlig durchdacht und verstanden haben, bleibt Ihnen eine genaue Erinnerung.

• Wichtige Partien Ihrer Lektüre sollten Sie mit eigenen Worten niederschreiben, nicht im Wortlaut des Textes. Wird nämlich derselbe Stoff auf verschiedene Weise dargestellt, so prägt er sich Ihrem Gedächtnis um so fester ein.

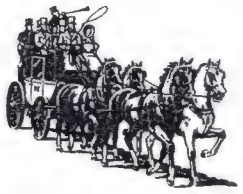
• Belasten Sie Ihr Gedächtnis nicht unnötig. Trennen Sie das Wichtige vom Unwichtigen. Wenn Sie in der FÜR SIE einen Beitrag über Kindererziehung lesen, notieren Sie sich nur jene Ratschläge, die Ihre eigenen Verhältnisse betreffen — alles übrige ist Ballast.

• Es ist eine alte Weisheit, daß ein Stoff sich Ihrem Gedächtnis um so dauerhafter einprägt, je öfter Sie ihn wiederholen; doch darf die Wiederholung nicht in allzu kurzen Abständen erfolgen. Lassen Sie den Reiz im Großhirn erst einmal abklingen, bevor ein neuer Reiz ausgeübt wird.

sympathisch
natürlich
tonangebend

so wollen wir wirken bei der Arbeit und in der Freizeit, beim Sport und in Gesellschaft. Dazu verhilft MOUSON LAVENDEL „Mit der Postkutsche", das lebensfrische, immer griffbereite Duftwasser für moderne Menschen. Eine köstliche Erfrischung überall und jederzeit, die belebt und sympathisch macht. Aus echtem, in südlicher Sonne gereiftem Riviera-Lavendel komponiert, spendet es die erquickende Frische ozonreicher Meeresluft.

DM 1,– bis DM 7,50
in Gebrauchsflaschen



Mouson Lavendel
Mit der Postkutsche
EINE MARKE VON WELTRUF

Warum ist Frau Schneider so häufig krank?

Bis Punkt 17.00 Uhr klappern die Maschinen. Dann eilen die Frauen nach Hause. Die Familie wartet — und neue Arbeit. Eine dieser Frauen ist Frau Schneider, von der FÜR SIE-Mitarbeiterin Rosemarie Winter hier berichtet.

Bitte, mach mir doch noch ein Brötchen zurecht", sagt Frau Schneider zu ihrer Ältesten beim Abendessen. „Mir tut der Arm heute wieder so weh", fügt sie hinzu. Sie seufzt und streicht sich mit einer nervösen Handbewegung über das Haar.

Herr Schneider, von Beruf Archivbeamter, blickt kurz von seinem Teller auf und sieht seine Frau strafend an. Auch ihre beiden Töchter begegnen ihr mit einem vorwurfsvollen Blick.

Frau Schneider läßt entmutigt die Schultern hängen. Warum nur will ihre Familie sie nicht verstehen? Sie müht und plagt sich doch nur für sie. Sie hat doch immer Verständnis für die Sorgen ihres Mannes und den Kummer ihrer Kinder. Wie soll sie ihrer Familie nur erklären, daß ihre Kräfte von Tag zu Tag schwinden, während sie doch gleichzeitig das Gefühl hat, mehr denn je arbeiten zu müssen. Frau Schneiders Hand beginnt zu zittern. Sie ist verzweifelt, versucht aber tapfer, es ihren Angehörigen nicht zu zeigen. Nach ein paar Minuten hat sie sich wieder gefangen.

Frau Schneider muß plötzlich an ihre Kusine denken, die es nach ihrer Meinung im Leben viel leichter hat. Sie redet sich ihren Kummer immer sofort von der Seele. Sicher hat das zur Erhaltung ihrer zähen Gesundheit wesentlich beigetragen. Nur ihre Mitmenschen werden es nicht immer leicht mit ihr haben. Jeder muß eben versuchen, auf seine Weise mit dem Alltag fertig zu werden.

Anderen Frauen geht es auch so

Frau Schneider wünschte sich nur, daß ihr Mann ein wenig mehr Verständnis für sie aufbringen würde. Wenn er nur einmal fragen würde: „Was kann man denn gegen die Schmerzen im Arm tun?" Sie hat ja schon so oft über diese Schmerzen geklagt. Aber auch heute bringt Herr Schneider wieder keinen Ton über die Lippen.

Frau Schneider schluckt ihren Kummer hinunter und sagt zu ihrem Mann: „Ich möchte dir einmal erzählen, wie es Elise, der Freundin deiner Schwester, ergangen ist. Du weißt doch, daß sie eine vielfach preisgekrönte Stenotypistin ist."

„Na und?" fragt Herr Schneider etwas ungeduldig.

„Elise", fuhr Frau Schneider unbeirrt fort, „hatte auch ständig Schmerzen im Arm. Sie hatte sich jahrelang nicht um diese Schmerzen gekümmert, bis sie dann eines Tages unerträglich wurden. Damit begann ihr Leidensweg. Jedes Jahr mußte sie sich einer Kur unterziehen, und jetzt hat sie erfahren, daß sie mit einer Besserung nicht mehr rechnen kann. Ihre Muskeln im Arm und im Rücken sind völlig verhärtet. Nun ist Elise also mit 54 Jahren arbeitsunfähig."

„Sie wird doch eine Rente bekommen?" „Natürlich, aber die Tragik liegt doch darin, daß sie — nur weil sie zu spät erkannt hat, daß sie nur eine begrenzte Zeit am Tag maschineschreiben darf — jetzt nicht mehr arbeiten kann. Kommt dir nicht der Gedanke, daß es mir auch einmal so ergehen könnte?"

Frau Schneider ist erregt und dem Weinen nahe.

„Dir — wieso?", fragt Herr Schneider völlig verdutzt. „Du bist doch erst 37 Jahre alt, außerdem verheiratet und wirst von mir nicht gezwungen, ins Büro zu gehen. Du tust ja gerade so, als ob ich die Familie nicht allein ernähren könnte."

„Aber Arthur, darum geht es doch gar nicht", lenkt Frau Schneider wieder ein. „Ich habe gehört, daß die meisten berufstätigen Frauen, die über diese Schmerzen klagen, noch viel jünger sind als ich. Und schließlich geht es uns doch viel besser, seitdem ich mitverdiene, sonst würde ich mir diese Doppelbelastung doch gar nicht zumuten."

Herr Schneider sieht seine Frau jetzt etwas freundlicher an und meint: „Wir wissen das alle zu schätzen, aber wir

möchten nicht, daß deine Gesundheit darunter leidet und du krank wirst."

Heike, Frau Schneiders 13jährige Tochter, sieht ihre Mutter unverwandt an. Sie kann nicht verstehen, warum sie sich das Leben so schwer macht. Sie würden doch alle versuchen, sparsamer zu sein, wenn nur die Mutti nicht immer so müde und abgespannt wäre.

Frau Schneider spürt, daß ihre Familie sich endlich einmal mit ihr beschäftigt. Sie weiß noch vieles zu berichten und nutzt nun die gute Gelegenheit aus.

„Frau Günther von nebenan hat mir neulich erzählt, daß ihre noch nicht 40jährige Kusine, die seit zwanzig Jahren als Abteilungs-Buchhalterin in dem großen Versandhaus arbeitet, in den letzten Monaten neunmal von einem Vertrauensarzt untersucht worden ist. Die Bäder und Massagen, die ihr verordnet worden sind, haben ihr nicht geholfen. Die Berufsgenossenschaft hat jetzt sogar den Entschädigungsanspruch mit der Begründung abgelehnt, sie habe sich ihre Krankheit nicht im Beruf zugezogen. Sogar die Versicherung will sie jetzt aussteuern. Dabei hat ihr der Vertrauensarzt bescheinigt, daß ihre Krankheit nur der in der Saison oft zehnstündigen Arbeit am Buchungsautomaten zuzuschreiben ist."

„Was sagst du da — ausgesteuert?" Jetzt horcht Herr Schneider auf. „Wenn das stimmen sollte . . ."

„Das ist die volle Wahrheit", versichert Frau Schneider. „Aber ich weiß noch viel mehr." Sie ist plötzlich wieder munter geworden und möchte sich nun alles von der Seele reden. „Der Tochter unseres Kolonialwarenhändlers ist es ähnlich ergangen. Sie ist erst 34 Jahre alt und kann ihren Beruf als Sekretärin nicht mehr ausüben. Ihren Entschädigungsanspruch haben sie ebenfalls abgelehnt, obwohl das Gericht in zweiter Instanz ihr das Recht zugesprochen hatte. Sie sollen ihr in die Urteilsbegründung geschrieben haben, daß nach einer neunjährigen Berufstätigkeit von einer Überbeanspruchung oder gar von einer ungewohnten Arbeit nicht gesprochen werden könne. — Was werden sie nur bei mir sagen? Ich wage gar nicht daran zu denken."

„Bei dir lassen wir es erst gar nicht so weit kommen", tröstet ihr Mann sie. „Du mußt sofort zum Arzt gehen."

„Aber dann beginnt ja für mich der gleiche Leidensweg. Sicher darf ich dann nicht mehr arbeiten, und wir müssen doch noch die Raten für die Waschmaschine bezahlen."

„Wenn ich das gewußt hätte, wäre mir diese Maschine nie ins Haus gekommen." Herr Schneider wird schon wieder ungeduldig.

„Aber allein kann ich die Wäsche doch gar nicht mehr bewältigen, die Maschine erspart mir doch soviel Arbeit. Wir scheinen uns wirklich im Kreise zu drehen."

Fortsetzung auf Seite 68

Für alle Frauen,
die Wollsachen lieben, aber schlechte Erfahrungen beim Wollewaschen gemacht haben

Waschen und Waschen ist zweierlei. Darüber lohnt es sich, einmal ganz offen zu sprechen. Fast jedes der heute angebotenen Waschmittel — und es gibt ihrer viele — ist gut. Welches Sie auch für Ihre Koch- und Buntwäsche nehmen, Sie werden kaum enttäuscht werden. Wie aber steht's mit der Wolle? Bei der Auswahl des richtigen Waschmittels für Wolle sollten Sie auch heute so vorsichtig sein wie eh und je . . .
Wolle verlangt eine ganz spezielle Pflege. Wolle will nämlich kalt gewaschen werden, das läßt sie lange leben. Kaltes Waschen allein tut's natürlich nicht. Dazu gehört ein Spezialwaschmittel, das ganz auf die Empfindlichkeit der Wolle abgestimmt ist. Deshalb wurde SANSO geschaffen! SANSO entwickelt seine volle Waschkraft bereits in kaltem Wasser und löst Flecken, Schmutz und Schweiß gründlich und doch behutsam. Mit SANSO gewaschen, bleibt Wolle wie neu gekauft!

Wolle* braucht SANSO – SANSO wäscht Wolle ohne Risiko!

*... auch Ihre Wollsachen!

unschöne Haare „minutenschnell" verschwunden

Makellose, zarte Haut unter den Armen. Keine unliebsamen Haare —keine Rötungen—keine Rasierspuren. Untadelig und gepflegt sehen Sie aus.
Veet entfernt die unschönen Haare in "Minutenschnelle" und spurlos. Veet auftragen—3 bis 5 Minuten wirken lassen und dann Creme und Haare abwaschen. Veet gibt's in allen Fachgeschäften.
Unverbindlicher Richtpr. der Tube DM 1,85–der Doppeltube DM 2,85.

Veet
die "minutenschnelle" Enthaarungs-Creme

Warum ist Frau Schneider so häufig krank?

Fortsetzung von Seite 67

Frau Schneider ist hilflos und wieder dem Weinen sehr nahe.

Rechtzeitig zum Arzt gehen

Natürlich geht Frau Schneider am nächsten Morgen wieder ins Büro. Sie läßt sich von einer guten Bekannten eine Salbe geben, die ihr helfen soll. Allabendlich reibt sie sich damit den Unterarm ein und hofft geduldig auf Besserung. Daß es sich bei den heftigen Schmerzen im Arm um eine richtige Sehnenscheidenentzündung handelt, ist Frau Schneider ebensowenig klar wie ihren Leidensgenossinnen, von denen sie ihrem Mann berichtet hat. Wenn sie nicht rechtzeitig einen Arzt aufsucht, wird sie eines Tages die gleichen Erfahrungen machen.

Leider fehlen heute noch immer die Fachkräfte, die mit dem Arzt entscheiden können, ob eine echte Berufs- oder gar Erwerbsunfähigkeit vorliegt. Diese Fachkräfte müßten sich in den Frauenberufen genau auskennen.

Wenn eine Frau ihren Schmerzen also keine ernsthafte Beachtung schenkt, kann sie nicht nur mit einer lebenslangen Krankheit, sondern auch mit großen finanziellen Schwierigkeiten rechnen. Deshalb sollte jede Frau einer ernsthaften Erkrankung vorbeugen und rechtzeitig zum Arzt gehen.

Der ärztliche Befund

Aber nicht immer ist die Ursache der Schmerzen so eindeutig wie bei den Frauen, die ständig an der Schreibmaschine sitzen. Sehr viel häufiger ergeht es den Frauen so wie dem kleinen Fräulein Schuster, das erst 28 Jahre alt und seit 3 Jahren Abteilungsleiterin in einem Warenhaus ist.

Sie weiß, was es heißt, stundenlang in verbrauchter Luft zu stehen und von einer ständigen Unruhe umgeben zu sein. Und trotzdem war sie bei ihren Kollegen besonders wegen ihres gleichbleibend freundlichen Wesens beliebt. Für jeden hatte sie ein Lächeln, und selbst die ungeduldigste Kundin konnte sie nicht aus der Ruhe bringen. Sie half den Kollegen oft auch nach Feierabend, sprang überall ein, wo jemand gebraucht wurde und war meistens die letzte, die das Warenhaus verließ.

Seit einem Jahr jedoch ist Fräulein Schuster sehr verändert. Sie wirkt müde, abgespannt, und ein Lächeln sieht man nur noch selten auf ihrem Gesicht. Nicht, daß sie unfreundlich geworden wäre, aber in allem, was sie tat, war eine gewisse Gleichgültigkeit zu spüren.

Die Kolleginnen konnten sich ihr verändertes Wesen nicht erklären. Sie tuschelten oft zusammen und hätten zu gern gewußt, warum Fräulein Schuster so deprimiert wirkte. Ihre Eltern waren zwar vor zwei Jahren gestorben, aber darüber müßte sie doch eigentlich hinweg sein. Ob ihre jüngeren Geschwister ihr Sorgen machten? Finanzielle Schwierigkeiten konnte sie nicht haben, denn sie verdiente doch sehr gut und arbeitete außerdem jeden Abend einige Stunden länger. Schließlich waren alle der Meinung, daß sie wohl Liebeskummer haben müsse.

Fräulein Schuster wäre sehr froh gewesen, wenn sie selbst gewußt hätte, woran sie litt. Sie konnte sich ihre Müdigkeit und Unlust an allen Dingen nicht erklären. Sie versuchte mit großer Energie dagegen anzugehen, aber leider ohne Erfolg.

Eines Tages entschließt sie sich, zu einem Arzt zu gehen, der sie gründlich untersucht. Der Arzt sieht sie lange nachdenklich an und meint dann: „Sie leiden an Störungen des vegetativen Nervensystems und flüchten sich in die Krankheit."

„Aber, Herr Doktor," entgegnet Fräulein Schuster empört, „ich wäre froh, wenn ich, wie früher, wieder Freude an meiner Arbeit hätte."

„Sie sind nicht der einzige Fall dieser Art in meiner Praxis. Immer mehr Frauen kommen zu mir, die sich krank fühlen und doch im Grunde kein organisches Leiden haben. Ich sehe ihnen aber allen schon von weitem an, daß sie nicht voll arbeitsfähig sind. Die Frauen sind eben" — und damit schließt der Doktor seine Betrachtungen — „heute sehr viel größeren Belastungen ausgesetzt als früher."

Früher lebte man beschaulicher

Als Fräulein Schuster nach Hause fährt, gerät sie ins Grübeln. Wie konnte es nur so weit mit ihr kommen? Lebte sie wirklich zu ungesund? Sie hatte doch früher auch keinen Sport getrieben, und von Spaziergängen hatte sie ebenfalls nie sehr viel gehalten.

Fräulein Schusters Gedanken wandern in die Vergangenheit zurück. Sie denkt an ihre Kinderzeit und kann sich — sie muß dem Doktor recht geben — beim besten Willen nicht darauf besinnen, ihre Großmutter jemals krank gesehen zu haben. Dort auf dem Lande begann der Tag ohne Ausnahme — selbst am Sonntag wurde diese Zeit eingehalten — um sechs Uhr morgens. Die Großmutter hatte zwar keine Landwirtschaft, aber einen großen Garten zu versorgen. Bis ins hohe Alter hackte sie noch selbst das Holz für ihre Öfen, sie versorgte die Tiere und grub im Frühjahr die Gemüsebeete allein um. Sie kochte für die ganze Familie Mittag und ließ sich auch beim Abwaschen in der Küche nicht helfen. Anschließend legte sich die Großmutter immer für zwei Stunden zur Ruhe. Diese Stunden waren einer feierlichen Stille gewidmet. Die Großmutter schlief. Jeder wußte das zu respektieren, und selbst die Kinder auf der Straße wagten in dieser Zeit nicht, ihren lauten Spielen nachzugehen. Die Welt schien ausgestorben zu sein.

Wenn dann aber die Großmutter aufstand und in die Küche ging, erwachte plötzlich alles wieder zum Leben. Dann trank Großmutter ihre berühmt gewordene Tasse Kaffee und aß dazu von dem selbstgebackenen Kuchen. Danach bügelte oder nähte die emsige Frau oder besprach mit dem Großvater im Garten den Anbau einer neuen Rosenart. Keine Minute des Tages wurde sinnlos verschwendet, und doch lag in der früheren Art zu leben eine Beschaulichkeit, die in unserer schnelllebigen Zeit keinen Platz mehr hat.

Jede Sache wurde ernst genommen und nicht — wie heute so oft — zwischen „Tür und Angel" abgehandelt.

Pünktlich um sieben Uhr stand das Abendessen auf dem Tisch, das in aller Ruhe eingenommen wurde. Danach setzte sich die ganze Familie in den Garten und genoß die frische Abendluft. Wenn es draußen zu kühl wurde oder früher zu dunkeln begann, dann wurde der Abend im Hause mit einem Gesellschaftsspiel beendet. Großmutter beteiligte sich jedoch nie daran. Wenn sie nicht einen Pullover strickte, dann stickte sie gewiß an einer Kaffeedecke. So vergingen die Tage jener Zeit, in der es keinen Fernsehapparat, keine Waschmaschine und keine Düsenflugzeuge gab. Der Doktor wurde nur selten an ein Krankenbett gerufen, als Freund des Hauses war er jedoch öfter zugegen.

Auf die Gesundheit achten

Wie kam es nur, daß man früher so selten krank war? Fräulein Schuster seufzt so tief auf, daß die Leute in der Straßenbahn auf sie aufmerksam werden. Sie mußte jetzt mit 28 Jahren zur Kur fahren. Der Arzt nannte es „Aktiv-Kur", und sie konnte froh sein, daß ihre Versicherung so etwas überhaupt anerkannte. Daß sie es tat, zeigte ihr, wie verbreitet diese sogenannten Zivilisationsschäden waren und daß sie von den Arbeitnehmer-Organisationen ernst genommen wurden.

Wenn Fräulein Schuster die Versicherungs-Statistik kennen würde, dann wüßte sie auch, daß zum Beispiel die Bundesanstalt für Angestelltenversicherung im Jahre 1960 fast 60 000 Heilverfahren nur für die bei ihr versicherten berufstätigen Frauen finanziert hat. Ein hoher Prozentsatz dieser Menschen litt an vegetativen Störungen und Zivilisationskrankheiten, wie auch Fräulein Schuster, die deswegen so bedrückt war.

Der Arzt hatte ihr aber auch sehr eindringlich gesagt, daß sie jetzt bewußt für ihre Gesundheit leben müsse. Durch Spaziergänge, Gymnastik und Schwimmübungen könne sie aktiv mithelfen, wieder voll leistungsfähig zu werden. Zudem solle dem Körper sehr reichlich Vitamin C zugeführt werden. Die Hauptsache wäre jedoch der eiserne Willen, wieder gesund zu werden. Wie hieß es doch in dieser Broschüre, die auf dem Wartezimmertisch des Arztes lag?

„Denken wir an die ständige Hetze auf dem Weg zur Arbeit . . . Denken wir an die Unruhe, die uns oft am Arbeitsplatz umgibt . . . Denken wir an die verbrauchte, trockene Luft, in der wir uns täglich aufhalten . . . Denken wir an die einseitige Körperhaltung bei manchen Arbeiten . . .

Oft kommen noch große seelische Belastungen dazu. Viele Frauen sind diesem zermürbenden Alltag nicht mehr gewachen, und es treten Symptome auf, die uns allen so gut bekannt sind: Kopfschmerzen, Schweißausbrüche, Angst- und Schwindelgefühle, Abgespanntheit, Herzattacken, Appetitlosigkeit, Verstopfung, Schlaflosigkeit und letztlich das Gefühl des Nicht-mehr-weiter-Könnens."

Aber nicht nur die berufstätige Frau hat unter diesen Symptomen zu leiden. Auch die meisten sogenannten „Nur-Hausfrauen" sind in ihrer Arbeit überbeansprucht und leiden unter diesen Erscheinungen. Bisher ist noch nicht erwiesen worden, ob ein Tag im Büro bei einem ungeduldigen Chef mit hunderterlei Aufträgen oder ein Tag im Hause mit Putzen, Kochen, Nähen, Einkaufen, Waschen und der Betreuung von zwei oder drei kleinen Kindern, deren Schnäbelchen keine Minute still-

Fortsetzung auf Seite 70

Möchten Sie röstfrischen Kaffee – zu einem niedrigen Preis? Dann tun Sie folgendes:

Gehen Sie zur nächsten Tchibo-Filiale.

Oder schreiben Sie an Tchibo.

Mag sein, daß dies ein bißchen mühsam ist, doch es gibt keinen anderen Weg, unseren »Gold-Mocca« zu bekommen. Einen Kaffee, der so gut ist, weil er am gleichen Tag verschickt wird, an dem er geröstet wurde.

Wenn ein Kaffee nicht wirklich frisch ist, dann kann er auch nicht wirklich gut sein. Selbst beste Kaffee-Sorten der Welt (wie die Sorten, die wir für »Gold-Mocca« verwenden) verlieren etwas von ihrem Reichtum, wenn sie zu lange auf dem Regal stehen.

Deshalb lassen wir das nicht zu.

Das ist der Grund, weshalb Sie unseren »Gold-Mocca« nur in den Tchibo-Filialen oder nur direkt durch die Post bekommen können. Kein anderer Weg garantiert, daß Sie Tchibo »Gold-Mocca« so frisch erhalten (heute geröstet, gemischt, sorgfältig handverlesen, verpackt und noch heute verschickt). Falls er nicht am gleichen Tag verschickt wird, wird er nie mehr verschickt.

Ist Tchibo »Gold-Mocca« es wert, daß man sich so viel Mühe macht? Natürlich! Gehen Sie zum nächsten Tchibo-Geschäft und überzeugen Sie sich selbst. Oder schicken Sie uns den Bestellschein. Es mag einfachere Wege geben, Kaffee zu kaufen, aber nicht unseren Tchibo »Gold-Mocca«.

Vergessen Sie nicht: Tchibo »Gold-Mocca« erhalten Sie nur durch die Post oder in den Tchibo-Filialen.

Lesezirkel-Leser bitte anstatt Bestellschein eine Postkarte benutzen.

Tchibo

Senden Sie mir bitte ..... Pfund **Tchibo »Gold-Mocca«**

Klarsichtdose / Taschentuchbeutel
(Nichtzutreffendes streichen)

zum ..... 1962 per Nachnahme

Bei Paketen zu		1 Pfd.	2 Pfd.	3 Pfd.	4 Pfd.	5 Pfd.	6 Pfd.
Richtpreis	je Pfd.	8.10	8.10	8.10	8.10	8.10	oder mehr portofrei
Portoanteil	je Pfd.	-.60	-.40	-.30	-.20	-.15	
Endpreis	je Pfd.	8.70	8.50	8.40	8.30	8.25	8.10

(Bitte in Blockschrift ausfüllen.)

Name .....

Postleitzahl und Ort .....

Straße .....

Bitte auf Postkarte kleben oder im Umschlag einsenden an: Tchibo, Hamburg 36 F 11

Warum ist Frau Schneider so häufig krank?

Fortsetzung von Seite 68

stehen, anstrengender ist. Vielleicht würde sich aber manche Sekretärin an ihren Schreibtisch zurücksehnen, wenn sie einmal Gelegenheit hätte, eine Hausfrau und Mutter kleiner Kinder auch nur für einen halben Tag abzulösen.

Der Alltag einer Hausfrau

Frau Zimmermann zum Beispiel, die zwei Mädchen im Alter von 13 und 14 Jahren und zwei Jungen von 10 und 3 Jahren hat, weiß abends, wenn ihr Mann nach Hause kommt, was sie tagsüber getan hat. Sie ist kaum eine Minute zur Ruhe gekommen, und doch sind so viele Dinge, die sie unbedingt erledigen wollte, wieder liegengeblieben.

Schon morgens um 6 Uhr hantiert sie in der Küche, denn das Frühstück muß für die Familie pünktlich um 7 Uhr auf dem Tisch stehen. Wenn alle aus dem Hause sind — der Kleine schläft dann noch — müssen die Betten gemacht und die Wohnung aufgeräumt werden. Inzwischen wacht das Nesthäkchen auf, das angezogen werden will. Kaum spielt es ein paar Minuten mit den Nachbarskindern in der Sandkiste, beginnt es zu regnen. Also muß der Kleine wieder nach oben gebracht werden. Jetzt ist es aber Zeit, zum Kaufmann zu gehen. Der Uhrzeiger rückt unerbittlich weiter, und schon kommen die Kinder aus der Schule und warten heißhungrig auf das Mittagessen. Liegt der Junge zum Mittagschlaf im Bettchen, bestürmen die Schulkinder die Mutter mit tausend Fragen. Jeder möchte der erste sein, jeder hat seine ernst zu nehmenden Probleme.

Nachdem das Geschirr wieder sauber im Schrank steht, heißt es waschen, bügeln, stopfen, nähen. Im Handumdrehen ist der Nachmittag vergangen, der Abend naht, und das Abendessen muß vorbereitet werden. Vorher wird die Wohnung schnell noch einmal aufgeräumt, denn Vater hat es gern „übersichtlich", wenn er nach Hause kommt. Auch seine Frau sieht er gern nett und gepflegt. Also muß Frau Zimmermann sich schnell umziehen, kämmen und ein wenig Make-up auflegen. Nach dem Abendbrot müssen die Kinder ins Bett gebracht werden, was immer wieder Zeit und Nerven kostet, denn meistens sind sie noch gar nicht müde. Danach geht es noch einmal in die Küche, und dann wartet der Mann darauf, ihr von seinen beruflichen Erlebnissen zu erzählen. Leider sind es meistens unerfreuliche Dinge, die er zu berichten hat.

Frau Zimmermann ist jeden Abend müde und abgespannt und hat doch den Eindruck, tagsüber nichts „Besonderes" geleistet zu haben. Sie ist doch

Die Glänzer-Pflege hilft Ihnen

Fußbodenpflege viermal im Jahr

Glänzer pflegt alle Böden!

Glänzer ist kein Lack, sondern ein Edel-Selbstglanzwachs für alle Böden – für Linoleum und Kunststoff, Holz, Gummi und Steinfliesen. Glänzer trocknet klar auf: selbst helle Böden verfärben nicht. Was bei der ersten Glänzer-Pflege für einige Böden zu beachten ist, sagt Ihnen die Gebrauchsanweisung auf dem Kanister.

So glänzert man richtig:

Hauptsache: Der Fußboden muß sauber und trocken sein. Dann tragen Sie Glänzer am besten mit einem Schaumstoffwischer dünn und gleichmäßig auf – also bitte nicht einreiben! – Machen Sie sich frei von den bisherigen Gewohnheiten des Einwachsens ... glänzern Sie keinesfalls jede Woche: Viermal im Jahr genügt!

Glänzer kommt aus den Erdal-Werken – dort versteht man was von Glanz und Pflege! Qualität und Wirkung verbürgt die Garantie-Karte an jedem Kanister.

® = Registriert als internationales Warenzeichen. Auch in Österreich, in der Schweiz, in Frankreich, Belgien, Holland, Luxemburg und Dänemark erhältlich.

noch so jung, erst Anfang 30, und müßte noch viel mehr leisten können.

Wenn Frau Zimmermann sich auch einmal Zeit nähme, einen Arzt zu fragen, dann würde er ihr gewiß sagen: „Wenn ein Mensch weder organische noch seelische Störungen — die eine Überlastung erklärlich machen — aufzuweisen hat und sich nur schlapp und elend fühlt, dann hat er sich für seine Konstitution zuviel zugemutet."

Mit den Kräften haushalten

Nicht jeder verträgt das gleiche. Wenn Frau Zimmermanns Kusine, die auch einen Haushalt und Kinder zu versorgen hat, fast jeden Abend ausgeht, so kann das für Frau Zimmermann kein Maßstab sein. Jeder Mensch sollte seine Grenzen kennen und mit seinen Kräften haushalten. Eine Krankheit muß kuriert werden, und oft dauert es sehr lange, bis ein Körper wieder genügend Kräfte gesammelt hat. Wochenlange Kuren und Sanatoriumsaufenthalte sind meist unerläßlich, und auch danach wird noch äußerste Ruhe empfohlen. Bei Hausfrauen ist das Problem in dieser Beziehung viel größer als bei berufstätigen Frauen. Zwar können sie sich in Müttergenesungsheimen erholen und neue Kräfte sammeln; aber wie soll die Familie in der Zwischenzeit allein fertig werden? Fast aussichtslos erscheint die Lage bei Müttern mit kleinen Kindern. Da kann nur noch eine Oma, Schwester oder Tante die Situation retten.

Deshalb ist es für jede Mutter und natürlich auch für jede berufstätige Frau ratsam, ihre Kräfte gut einzuteilen. Der Tag darf vor allen Dingen nicht mit großer Hetze begonnen werden. Die Morgentoilette muß in aller Ruhe vorgenommen werden, und auch für das Frühstück muß genügend Zeit eingeplant werden.

Wer nimmt sich schon die Zeit für eine Morgengymnastik? Wer verwendet kostbare fünf Minuten für eine Atemübung am offenen Fenster? Wie heilsam und vorbeugend aber gerade diese Atemübungen sind, wird Ihnen jeder Arzt immer wieder bestätigen.

Sehr wichtig ist auch für jede Hausfrau eine Stunde Mittagsruhe, die durch gar nichts gestört werden sollte. Die Kinder gewöhnen sich sehr schnell daran, daß die Mutter einmal eine Stunde nicht für sie da ist. Sie werden vielleicht auch erkennen, daß die Mutter hinterher viel ausgeruhter und ihren Fragen viel zugänglicher ist.

Jede Frau sollte sich auch vor dem Zubettgehen mindestens 20 Minuten Erholung und Entspannung gönnen. Die Nerven beruhigen sich in dieser Zeit, und der Schlaf ist um so fester. Auch ein wenig frische Luft vor dem Schlafengehen wirkt oft Wunder.

Wenn Sie sich diesen Gesundheitsplan zu Herzen nehmen und vor allen Dingen versuchen, alle Arbeiten ohne Nervosität und Hetze zu erledigen, haben Sie das Rezept in der Hand, bis ans Ende Ihres Lebens — und ist es noch so arbeitsreich — gesund zu bleiben. Nicht Müßiggang erhält gesund, sondern die richtige Einteilung von Zeit und Kraft.

Jede kluge Frau sollte daher ihre Kräfte nicht überschätzen und täglich mit ihnen haushalten. Sie erspart damit ihrer Familie und sich selbst viel Leid, Zeit und Geld.

Zeit und Arbeit sparen

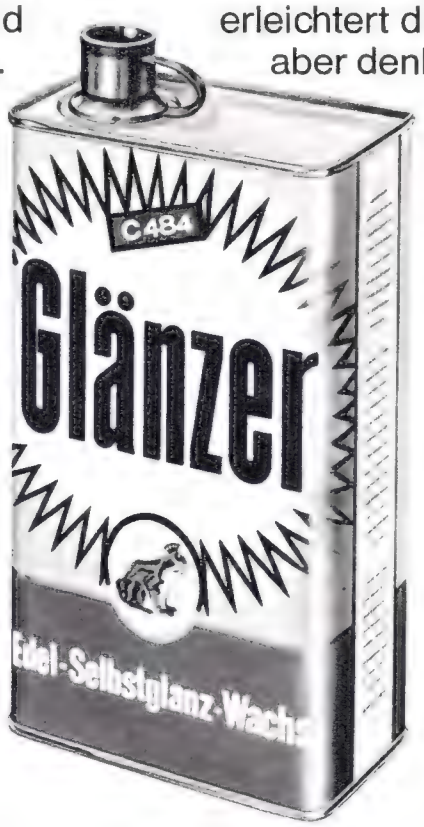
2 GV 2 c

leicht gemacht: glänzern genügt

Als moderne Hausfrau haben Sie es nicht mehr nötig, sich Woche für Woche mit dem Fußboden abzuplagen. Wenn Sie Ihren Fußboden erst richtig mit Glänzer behandelt haben, brauchen Sie nur viermal im Jahr neu zu glänzern! Dazu kommen drei weitere große Vorteile: Glänzer läßt sich mühelos auftragen, erzeugt von selbst Glanz und erleichtert die tägliche Reinigung. — Pflegen Sie Ihren Fußboden auf neue und moderne Art… aber denken Sie daran: Glänzern kann man nur mit Glänzer!

Glanz nach Wunsch!

Der Glänzer-Auftrag trocknet in erstaunlich kurzer Zeit, und dabei entsteht ganz von selbst ein seidig schimmernder Glanz. Wünschen Sie jedoch spiegelnden Hochglanz, dann brauchen Sie nur mit einem weichen Tuch oder einem Mop kurz nachzupolieren. Ob so oder so… Glänzer schenkt Ihnen immer Glanz nach Wunsch!



Ganz leicht zu reinigen!

Ihr Glänzer-Boden ist — trocken oder feucht — stets schnell zu säubern. Wenn der Boden stärker verschmutzt ist, läßt er sich mit Rexal ganz leicht reinigen. Sogar Gummiabsatzstriche verschwinden dabei im Nu. Danach brauchen Sie nicht etwa neu zu glänzern: Rexal entfernt nur den Schmutz, aber nicht den Glänzer-Auftrag!

glänzern kann man nur mit **Glänzer®**

SUWA-Weiß ein schöner Lohn für Ihre Mühe

Wie angenehm im Griff – dieses frische Frottiertuch: mollig, weich und so gründlich gewaschen! Solche Wäsche macht Freude . . .

. . . und dazu noch ein Tip für Sie:

Frottiertücher sollen sehr gründlich gespült werden. Um die feinen Schlingen zu schonen, soll ein Frottiertuch weder gemangelt noch gebügelt, sondern nur ausgeschlagen werden. Eventuelle Ziehfäden nicht herausziehen, sondern abschneiden.

Wenn Sie eine besondere Frage haben, dann schreiben Sie an den SUNLICHT-Beratungsdienst, Hamburg 1, Postfach 1150

SUWA wäscht so gründlich – und man sieht's!

Ein Herz für Martina

Ein mitreißender Roman um das Schicksal eines Kindes von Anna Elisabet Weirauch

Copyright by Duncker Presse-Agentur, Berlin — Illustration: K. Kint

Die Filmschauspielerin Gabriele Gollandt hat für die nächste Zeit alle ihre Pläne aufgegeben. Sie erwartet ein Kind, und es ist ihr gleichgültig, ob ihr Mann, Tony Gollandt, seine Chance nutzt, in dieser Zeit den künstlerischen Ruhm seiner Frau zu erreichen – oder sogar zu übertreffen. Inzwischen naht ihre schwere Stunde, die Stunde, die sie ungeduldig erwartet hat. Doch das Baby stirbt, und Gabriele muß sich mit der grausamen Wahrheit abfinden, daß aus ihrer Ehe mit Tony keine gesunden Kinder hervorgehen können. Gollandt hetzt unterdessen von Erfolg zu Erfolg, und er lernt das Filmsternchen Belinda Orthmann kennen.

Am meisten freie Zeit hat Belinda. Manchmal kommt sie ein wenig atemlos gerade noch rechtzeitig zur Aufnahme. Anscheinend rechtzeitig, in Wirklichkeit ist es dann immer noch eine Stunde zu früh.

„Und ich hatte solche Angst, zu spät zu kommen!" seufzt sie einmal erleichtert, als sie neben Gollandt auf ihren Auftritt wartet.

„Wo sind Sie denn gewesen?" fragt er lächelnd. „Haben Sie sich Paris angesehen? Etwas Schönes entdeckt? Es ist eine wundervolle Stadt, nicht wahr?"

„Ja ..." sagt sie zögernd. „Sicherlich ... ich war im Kino ..."

„Im Kino?" wiederholt er etwas erstaunt.

„Ja. Finden Sie das verrückt?" Es ist ein leichter Trotz in ihrer Stimme. „Ich gehe ins Kino, wenn ich nur irgend kann."

„Nicht verrückt", beschwichtigt Gollandt. „Nur ... Kino können Sie doch überall haben ... und Sie versäumen soviel Sehenswertes ..."

Sie hebt die Schultern. „Ich will lernen", sagt sie verstockt.

„Französisch?"

„Ja, Auch. Alles."

Der verbissene Eifer zwingt ihm ein Lächeln ab.

„Wenn Sie alles lernen wollen ...

Fortsetzung auf Seite 74

Im selben Moment greifen ihre Hände nach der Tasche, die auf dem Boden liegt. Gollandt und Belinda schauen einander erschrocken in die Augen.

Caroline und ihre Freunde

Die Kinderbuchautorin Louisa Stoeckicht schreibt besonders gern über Tiere. Um sie richtig beobachten zu können, gibt sie ihnen in ihrem Haus und Garten Unterkunft mit Vollpension. Nicht immer vertragen sich die kleinen Hausgäste untereinander. Das Entchen Caroline jedoch — von dem Frau Stoeckicht heute erzählt — war eine rühmliche Ausnahme: „Ich erstand Caroline auf dem Markt, um sie zur Hauptfigur eines Buches zu machen. Sie suchte sofort laut piepsend Anschluß . . ."

„Rührend war die Zuneigung zwischen Caroline und dem jungen Kaninchen Poldi. Die beiden kuschelten sich weich aneinander, als wenn sie gegenseitig Schutz suchen wollten. Poldi war übrigens der Anlehnungsbedürftigere von beiden."

„Mit dem Kater Piet verband Caroline natürlich keine große Freundschaft. Ich habe die beiden aber mit viel Mühe dazu gebracht, sich gegenseitig zu respektieren. Ein wenig ängstlich war Caroline aber immer in Piets Nähe."

„Für den kleinen Spatz hatte Caroline zuerst gar nichts übrig. Doch er warb laut piepend um ihre Freundschaft. Caroline konnte diesem Werben nicht widerstehen und hatte schon bald auch für das Vögelchen die größte Sympathie."

„Ein echter, guter Spielkamerad aber war der Dackel Schnurzel für Caroline. Unbeholfen versuchte er immer wieder Carolines Aufmerksamkeit zu erringen. Die beiden zu beobachten, machte mir immer die größte Freude."

Ein Herz für Martina

Fortsetzung von Seite 73

Museumsbesuche gehören auch zur Allgemeinbildung . . ."

„Später." Sie schüttelt abwehrend den Kopf. Plötzlich schlägt sie die Augen groß zu ihm auf und lächelt ihn an. Zum erstenmal sieht er, wie schön sie ist. Ein Gesicht von unwahrscheinlicher Ausdrucksfähigkeit, von ganz eigenartigem Liebreiz. „Ich bin noch nicht so berühmt, daß die Reporter geistvolle Antworten von mir haben wollen . . . oder mich auf meinen Bildungsmangel prüfen. Erst einmal muß ich berühmt werden, dann werde ich das lernen, was zur Allgemeinbildung gehört."

„Ach, Kind", sagt er mit einem leichten Seufzer. „Wenn Sie erst einmal berühmt sind, dann werden Sie gar nichts mehr lernen — einfach, weil Sie keine Zeit haben und keine Lust."

„Das ist dann auch egal." Sie schiebt die Unterlippe vor und sieht aus wie ein eigensinniges Schulkind. „Ich werde mich schon nicht blamieren. Ich habe eine anständige Erziehung gehabt. Und die großen Stars sagen so viel Dummheiten, ohne etwas von ihrem Ruhm einzubüßen."

„Also, der Ruhm ist die Hauptsache", stellt Gollandt fest. In seinem Lächeln ist gutmütiger Spott. „Sie wollen durchaus und um jeden Preis berühmt werden?"

Aus dem jungen Gesicht verschwindet alles Kindliche, ja fast das Jugendliche. In den großen Augen brennt ein Feuer, in den weich gerundeten Wangen strafft sich jeder Muskel und läßt sie kantig erscheinen. „Ich will nicht — ich muß", sagt Belinda mit fester Stimme.

Schließlich ist die letzte Aufnahme gemacht. Morgen geht das Flugzeug zurück, übermorgen beginnen die Atelieraufnahmen in Geiselgasteig. Den letzten Abend in Paris muß man zusammen verbringen, gemeinsam feiern. Auch Gollandt macht mit. Er tut es sogar gern, er ist in einer heiteren, gelösten Stimmung, weil Reutter mit seiner Leistung zufrieden ist.

Man hat ausgezeichnet und teuer gegessen, ein Kabarett besucht, in einer Bar viel getrunken und kommt in das Hotel zurück.

„Ein Wunder, daß die Katzen nicht auf den Plüschsofas schlafen", stöhnt Beckmann. „Was machen wir mit dem angebrochenen Abend? Wir können doch nicht schlafen gehen, wenn's gerade anfängt, nett zu werden!"

„Etwas zu trinken bekommen wir sicher noch. Wir können auf mein Zimmer gehen . . ." schlägt Gollandt vor. Er hat selber noch keine Lust, schlafen zu gehen. Der Abend war nett und unterhaltsam, er möchte ihn ins Endlose verlängern. In seinem Appartement ist man ungestört und stört vor allem keine schlafenden Nachbarn. Und Gollandt muß sich auch einmal als Gastgeber erweisen, um nicht in den Ruf zu kommen, sich in unkollegialer Weise zurückzuhalten.

Sie feiern Abschied. Keiner spürt die geringste Müdigkeit, keiner hat Lust, schlafen zu gehen. Die Luft ist blau von Rauch, die Zigarettenstummel häu-

fen sich zu Bergen, plötzlich ist ein ernsthaftes Gespräch im Gange, eine Minute später tobt ein brüllendes Gelächter um ein Nichts, eine Albernheit.

Reutter zischt um Ruhe und hebt mahnend die Hände. Aber der Tumult wird immer größer, alles huscht über den Gang hin und her, von einem Zimmer ins andere, flüstert, kichert, lärmt, schmückt sich mit fremden Kleidungsstücken, jagt hinter den eigenen her, balgt sich, sondert sich ab, sucht sich ein Publikum, um einen tragischen Monolog vorzutragen oder ein akrobatisches Kunststück zu zeigen.

Und plötzlich steht Gollandt allein in seinem Zimmer, ein wenig schwindlig, ein wenig verwirrt. Er macht ein paar nutzlose Versuche, Ordnung zu schaffen und sich zu besinnen — es hatte keinen Aufbruch und keine Verabschiedung gegeben, jeder ist vermutlich irgendwo in ein Bett gefallen.

Ein Klopfen an seiner Tür, leise, zaghaft. Er sagt „herein" und dann „entrez", aber die Tür öffnet sich nicht, bis er sie selber aufreißt. Draußen steht Belinda Orthmann mit flehenden Augen und einem verlegenen Lächeln: „Bitte, entschuldigen Sie! Habe ich vielleicht meine Tasche hier liegenlassen?"

Er ist weder empört noch erfreut über die Störung. „Möglich", sagt er freundlich. „Gesehen habe ich sie nicht. Wo haben Sie denn gesessen?"

„Darf ich mal nachsehen?" Sie beherrscht sich, aber sie ist angstvoll und aufgeregt. „Ich habe nämlich die Flugkarte drin . . . und mein ganzes Geld . . . und die Kofferschlüssel . . . überhaupt alles . . ."

Sie sehen auf den Sesseln nach und unten den Sesseln. Im selben Moment greifen ihre Hände nach der Tasche, die auf dem Boden liegt. Gollandt und Belinda schauen einander erschrocken in die Augen.

Zwei Stunden vor dem Abflug sucht Gollandt ein Geschenk für Gabriele. Im letzten, im allerletzten Augenblick kauft er im Juweliergeschäft ein Armband, ohne nach dem Preis zu fragen.

Und plötzlich ärgert es ihn, daß er dafür Zoll bezahlen soll. Sie stehen schon in der Halle herum, neben dem aufgestapelten Gepäck, der Portier hat schon die Taxis bestellt. Da fühlt Gollandt das schmale Etui in der Tasche und fragt Belinda schnell, ob sie das Armband nicht umlegen will, des Zolls wegen. Er sagt nicht einmal Kindchen zu ihr oder Kleine, wie sonst meistens, er sagt Fräulein Orthmann. Und Belinda ist nicht beleidigt, sie erklärt sich mit kameradschaftlicher Selbstverständlichkeit bereit und tut so, als merke sie gar nicht, daß die andern sich anstoßen und witzeln und lachen. Gollandt bemerkt es sehr wohl und muß sich beherrschen, um seinen Ärger und seine Verlegenheit nicht zu zeigen. Papier und Etui wirft er fort.

Beim Aussteigen, als die Schymanski schon mit beiden Armen winkt — Gaby hat ihn noch nie vom Flugplatz oder Bahnhof abgeholt —, da ruft die kleine Orthmann beinahe angstvoll hinter ihm her: „Herr Gollandt, Ihr Armband!" und nestelt hastig an ihrem Handgelenk.

Er hätte es bestimmt vergessen, und es wäre ihm mehr als peinlich, es jetzt aus ihrer Hand entgegenzunehmen. „Unsinn", raunt er ihr halblaut zu. „Das war doch nur eine Ausrede. Du sollst es behalten."

Sie sagt nicht „danke schön", sie weigert sich nicht, sie nickt lächelnd

Fortsetzung auf Seite 76

Schmetterlinge künden den Sommer an,
die Zeit der duftigen, leichten Kleider

Warum schmückt man ein Kleid mit einem großen Schmetterling? Man will ihm dadurch etwas Sommerlich-Leichtes geben.

Doch dies allein genügt noch nicht.

Gönnen Sie Ihrem duftigen Kleidchen eine Behandlung mit Evidur!

Denn Evidur verleiht Ihrem Kleid den tadellosen Sitz, die beschwingte Linie und bewahrt ihm das farbenfrohe Aussehen.

Kann Evidur zaubern?

Evidur umschließt die Gewebefaser mit einem hauchdünnen Schutzfilm. Da, wo der Stoff eines Kleides oder einer Bluse an der Haut anliegt, da, wo Kragen und Manschetten geschmeidig sitzen müssen, da wird dieser Film elastisch.

Da, wo ein Kleid graziös wippen muß, da bewahrt er eine elegante Steife.

Und er schützt. Er schützt vor dem Abnutzen beim Tragen — und vor dem Abnutzen beim Waschen. Also auch da, wo Gewebe am ärgsten zu leiden haben.

Nur die obere Schicht des Evidur-Films wird in der Wäsche weggeschwemmt. Der Rest bleibt. Darum braucht man beim neuen Stärken nur die Hälfte oder sogar nur ein Drittel der Evidur-Vollmenge. Man spart.

So, wie Sie sich an dem beschwingten Flug des Schmetterlings erfreuen, wird Ihnen auch Ihr mit Evidur gepflegtes Kleid Freude bereiten.

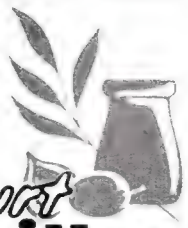
EVI-DUR
ELASTISCHE
Wäsche Steife

EVIDUR Ihre elastische Dauersteife!

Wie lang ist Ihr Darm?

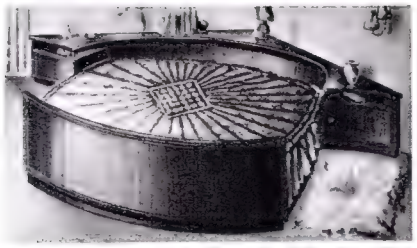
Der Darm des Menschen ist ungefähr 8½ mal so lang wie sein Körper. Die sogenannte Darmflora in seinem Innern sorgt dafür, daß er sich immer zuverlässig entleert. Ist ihre naturgewollte Zusammensetzung gestört, so kommt es zu Verstopfung, Übergewicht, Müdigkeit und schlechter Laune. Vielleicht ist das auch bei Ihnen der Fall? Dann brauchen Sie „Joghurt-Milkitten". Sie fördern die biologisch richtige Entwicklung der Darmflora und helfen so, der Verstopfung ein Ende zu machen.

„Joghurt-Milkitten" sind wohlschmeckende Diätwürfel aus Joghurt Kulturen und naturreinen Früchten.



Joghurt milkitten

Ein Medopharm-Naturmittel



STOLBERGER ECKRUNDBETT

patentamtlich geschützt unter Nr. 1 786 529

Mit diesem modernen Eckrundbett der internationalen Note möblieren Sie Ihr Schlafzimmer exklusiv, zweckmäßig und schön. Sie nutzen einen bisher wertlosen Raum: die Ecke – und gewinnen die Zimmermitte zum freien Bewegen. Ihre Schränke sind gut zu stellen und zu öffnen. Stolberger Eckrundbett mit Nachtschränkchen, fünftürigem Kleiderschrank (250 cm breit) und Frisierkommode Nußbaum mit französischer Weiß-Esche **DM 1870.-**

Bitte, fordern Sie farbige Prospekte an!

Der Stolberger

MÖBELFABRIK SEIT 1898 • STOLBERG/RHEINL.
Abt. FS 11 • Postfach 108 • Ruf 36 57 und 36 58

Ein Herz für Martina

Fortsetzung von Seite 75

mit den Augen und sagt „gut". Ein bißchen überlegen, ein bißchen gleichgültig, ein bißchen belustigt. Und dann stürzt sich die Schymanski auf ihn und belegt ihn mit Beschlag.

Es ist Gollandt nicht einmal unangenehm, daß ihn Schimmy sozusagen von allen Seiten umgibt. Sie erlaubt ihm gerade noch, daß er mit Reutter den Zeitpunkt der ersten Atelieraufnahme bespricht, dann hat sie ihn schon in ihren Wagen gezerrt, der genauso klein, so wendig, so unbequem und so eilig ist wie sie selber.

„Hast du morgen Aufnahme? Bleibst du im Hotel?" fragte sie.

„Ich fahre nach Hause."

„Gut, dann fahre ich dich 'raus. Wir können unterwegs alles besprechen."

Sie fragt nicht, ob es ihm recht ist, sie fängt sofort an zu reden — nicht etwas mit ihm zu besprechen, sondern zu berichten, zu planen, zu bestimmen.

„Halt!" sagt Gollandt bei der ersten Abzweigung. „Ich muß noch in die Stadt ... ich hab' noch etwas zu besorgen."

Schimmy hat nichts dagegen einzuwenden — ob sie in einem Sessel sitzt oder im Auto, ist ihr gleichgültig.

„Dauert es lange?"

„Fünf Minuten."

„Dann gehe ich mal eben telefonieren."

Sie ist nicht neugierig, was er zu besorgen hat, es schlägt nicht in ihren Geschäftsbereich. Wenn er eine Verabredung hätte, würde sie ihn nicht eine Sekunde allein lassen.

Er geht zu dem Juwelier, den er schon recht gut kennt, er wählt ein Armband aus, das dem eben verschenkten nicht ganz unähnlich ist, nur noch ein wenig schwerer, ein wenig teurer, und läßt sich die Zusicherung geben, daß seine Frau es umtauschen kann. Und fünf Minuten später sitzt er tatsächlich schon wieder im Wagen und läßt sich von Schimmys Redestrom umspülen.

Als er die hellerleuchteten Erkerfenster sieht, ist er froh, daß er Schimmy bei sich hat. Ihre Gegenwart neutralisiert die Atmosphäre und macht jede Aussprache unmöglich.

Gabriele beherrscht ihr Gesicht nicht so gut, als daß sie die Enttäuschung verbergen könnte. „Oh, Schimmy", sagt sie mit einem gezwungenen Lächeln.

Gollandt nimmt seine Frau in die Arme und zieht eine Grimasse, die sie zum Lachen bringt. „Ja, denk nur!" sagt er, „Schimmy war so liebenswürdig, mich abzuholen. Und sie ließ sich auch nicht davon abbringen, mich herauszufahren. Ist sie nicht rührend?"

Gaby hat sich auf eine Stunde des Alleinseins mit Tony gefreut, aber sie ist ja schließlich kein Kind mehr, das mault, wenn ihm eine Freude verdorben wird. Und Schimmy ist zu wichtig, als daß man Launen an ihr auslassen dürfte. Also spielt Gabriele mit einiger Anstrengung die liebenswürdige Hausfrau.

Gollandt benutzt Schimmys Gegenwart, um seiner Frau das mitgebrachte Geschenk zu überreichen. „Wie schön!" sagt sie, und dann zieht eine kleine Wolke über ihre strahlenden Augen. „Hast du ein schlechtes Gewissen, daß du mich so verwöhnst?"

„Wenn's danach ginge, müßte es ein Dauerzustand sein", sagt er leichthin. „Habe ich jemals vergessen, dir von einer Reise etwas mitzubringen?"

Er ist sehr zufrieden mit seiner Antwort.

Und Gabriele ist es anscheinend auch.

Wenn es nach Gollandt ginge, dann wäre der Fall abgeschlossen und erledigt. Er hat nicht die Absicht, seine Ehe zu gefährden. Er möchte das kleine Abenteuer vergessen.

Und Belinda ist von einer geradezu bewundernswerten Zurückhaltung, obgleich es vielleicht besser wäre, wenn sie sich schlechter benähme. Bewunderung und Dankbarkeit erzeugen ein dauerhafteres Gefühl als aufflackernde Verliebtheit. Es versteht sich von selbst, daß Gollandt das Mädchen nun mit einer ganz anderen Aufmerksamkeit betrachtet.

Frühlingsglaube

Die linden Lüfte sind erwacht,
sie säuseln und weben Tag und Nacht,
sie schaffen an allen Enden.
O frischer Duft, o neuer Klang!
Nun, armes Herze, sei nicht bang!
Nun muß sich alles, alles wenden.

Die Welt wird schöner mit jedem Tag,
man weiß nicht, was noch werden mag,
das Blühen will nicht enden.
Es blüht das fernste, tiefste Tal:
Nun, armes Herz, vergiß der Qual!
Nun muß sich alles, alles wenden.

Ludwig Uhland

Gollandt ist steif und gehemmt — zu Reutters Ärger. Denn jede Liebesszene muß unzählige Male wiederholt werden. Es liegt nicht an Belinda, sie scheint keine Hemmungen zu kennen. Und wenn die Szene zum zehnten Male mißlungen ist, wenn Gollandt sich den Schweiß der Erschöpfung von der Stirn wischt, dann lächelt sie nur.

Es geht so nicht weiter, und Gollandt beschließt, dem unerträglichen Zustand ein Ende zu machen. Da Gaby in jeder Weise unerreichbar ist, muß er sich mit Belinda aussprechen.

Er braucht nur eine Andeutung zu machen. Als Reutter endlich Schluß macht, steigt sie zu Gollandt in den Wagen, und er lenkt ihn nicht stadteinwärts, sondern fährt an der Isar entlang.

Gollandt ist schweigsam, er beeilt sich nicht mit seiner Aussprache, er formt in Gedanken Satz für Satz, und Belinda drängt ihn nicht. Sie sitzen schon eine ganze Weile unter kugelig geschnittenen Kastanienbäumen, deren Laub schwarzzackig gegen den helleren Himmel steht, sie haben schon an einem blau-weiß-kariert gedeckten Tisch gegessen, vom Film geredet, von Reutter, von den Kollegen, von der Schymanski, von anderen Filmen, alten und neuen.

Gollandt fühlt sich in einem seltsamen Zwiespalt. Er möchte die Aussprache hinter sich haben, und er möchte sie gleichzeitig verschieben, auf unbestimmte, auf sehr ferne Zeit. In der sanften Beleuchtung ist das junge schöne Gesicht ihm gegenüber verlockender denn je. Er möchte ganz jung und ganz frei sein und sich verlieben können. Er möchte das anfangen, was er eigentlich beenden wollte ...

„Ein herrlicher Abend", sagt er. „Warm wie im Hochsommer ... ganz selten hier ..."

„Ja." Ihre Mundwinkel zucken belustigt, überlegen. „Aber wir sind doch wohl nicht hier hinausgefahren, um den herrlichen Abend zu genießen."

„Nein, allerdings ... nicht nur ... leider ..." Er senkt den Kopf. Sie haben im Laufe des Abends manchmal „Sie" und manchmal „Du" gesagt, jetzt bemühen sich beide, jede Anrede zu vermeiden. „Es ist so ..." Er setzt an, nach einem tiefen unhörbaren Atemzug. „Ich bin verheiratet ..."

„Ja." Sie nickt mit einem sehr ernsten Gesicht, aber es zuckt weiter um ihre vertieften Mundwinkel.

„Wenn ich die Wahrheit sagen soll ... ich finde, daß ich sie sagen muß ... ich liebe meine Frau ..."

Es ist nur eine winzige Spur von Bitterkeit in ihrem kühlen Lächeln. Dann schwindet auch diese Spur, und ihr Lächeln wird warm und herzlich. „Also, nun tun Sie mir einen Gefallen und machen Sie sich keine Gedanken. Sie sind verheiratet, Sie lieben Ihre Frau, und es ist etwas geschehen, was nicht hätte geschehen dürfen. Und nun haben Sie Angst."

Er sieht sie eine Weile schweigend an, bewundernd, sie ist schön, und sie ist unglaublich tapfer. Wenigstens meint er das.

„Ich finde, es wird kühl", sagte sie nach einer Weile. „Wollen wir nicht lieber heimfahren?"

„Heim?" wiederholt er fragend.

„Wir können bei mir noch einen Mokka trinken", sagt sie.

Fürs erste kommt Gollandt noch übers Wochenende nach Haus. Nicht gern. Er fürchtet sich vor dem Zusammensein, vor dem Alleinsein mit seiner Frau. Was ist die Folge? Er muß um Verzeihung bitten.

Das alles geht ihm durch den Kopf, während er am Steuer sitzt. Er fährt nicht übermäßig schnell, er verlangsamt das Tempo immer mehr, je näher er dem Hause kommt. Unwillkürlich versucht er, die unangenehme Minute der Begrüßung hinauszuschieben. Auf der Dorfstraße läuft ihm ein Kind über den Weg. Er bremst, er weicht aus, er hält drei Meter von dem Kind entfernt und einen Meter von dem Chausseebaum — es geschieht nichts, gar nichts. Aber als er zu Hause ankommt, tut er,

Fortsetzung auf Seite 78

Na bitte, sieht er nicht gut aus
in dem neuen Mantel?
Ich sage ja, was für uns Frauen schon immer
selbstverständlich war,
gilt auch für ihn: . . .

öfter mal was Neues

fertig gekauft natürlich,
denn bequemer geht's nicht:
einfach

aussuchen - anziehen - mitnehmen

LINIE JUNGE

QUIRLLEBENDIG

Wir sind stolz auf den klaren und sachlichen Lebensstil unserer Zeit. Nach ihm richten wir uns in allem; auch in der Wahl unserer Haushaltgeräte! Uns gefällt die junge Linie, die der neue Starmix Quirl hat. Er ist ganz modern in seiner Form, sehr bequem in seiner Handhabung und wahrhaft quirllebendig bei der Arbeit.

Erfreulich rührig, auch beim Kneten

StarMix QUIRL

Man muß den Starmix Quirl liebgewinnen wegen seiner vielen Vorzüge: Sympathische Form, geringes Gewicht (nur 990 g), elegantes, unempfindliches Kunststoffgehäuse, große Kraftreserven durch 110-Watt-Motor, arbeitsgerecht geformte Werkzeuge, praktische Dreistufen-Handradschaltung kombiniert mit Auswerfer, neuartige Sichtkontrolle.

Empfohlener Preis: DM 89.–

Niederlassung Österreich: Electrostar, Wien V, Stolberggasse 23 A

Formgestaltung:
Graf Goertz New York

★ELECTROSTAR★

DIE JUNGE LINIE

Ein Herz für Martina

Fortsetzung von Seite 76

als ob um ein Haar etwas geschehen wäre. Er steigt aus, begrüßt Gaby mit einem raschen Kuß, geht um den Wagen herum und betastet den Kotflügel.

„Ist was nicht in Ordnung?" fragt Gabriele beunruhigt.

„Doch, doch ... nichts passiert", sagt er beschwichtigend. „Ich wollte nur nachsehen ... ich dachte, ich hätte den Baum gestreift ..."

„Baum gestreift?" sagt sie entsetzt. „Wie ist denn das möglich?"

„Hier eben ..." Er weist mit dem Kopf nach der Straße. „Die Kleine vom Schuhmacher ... wie heißt sie gleich? ... wäre mir beinahe in den Wagen gerannt ... es ist aber nichts passiert ... ich konnte ausweichen ... dabei hätte ich fast einen Baum mitgenommen ..." Er lacht gezwungen.

„Bist du zu schnell gefahren?" fragt sie angstvoll.

„Aber nein. Es wäre nicht meine Schuld gewesen. Aber trotzdem bin ich erschrocken."

„Ja, natürlich!"

Für den Anfang ist ein Thema gefunden. Gollandt spinnt es weiter aus.

„Feldmann hat schon recht", sagt er, als er behaglich sitzt und einen Schluck aus seinem Glas genommen hat.

„Worin recht?"

„Er will nicht, daß ich selber fahre. Er hat mir sogar angedroht, es in den nächsten Vertrag zu setzen."

„Mir wäre es auch lieber, nur ..."

„Es kostet zuviel Nerven. Im allgemeinen beruhigt es mich, am Steuer zu sitzen. Aber stell dir vor, es wäre etwas passiert! Wenn mir das Kind unter die Räder gekommen wäre."

„Wie wird denn der Film?"

„Gut, denke ich. Reutter denkt's auch. Toi, toi, toi."

„Wie ist denn die Bäumler?"

„Für ihre Verhältnisse ausgezeichnet. Die Rolle liegt ihr. Ein bißchen ordinär spielt sie allerdings."

„Und wer spielt sonst noch mit?"

„Beckmann. Er hat für die erforderlichen Lachsalven zu sorgen ... und Sernow ... ja, aber um auf das angedrohte Fahrverbot zurückzukommen ... natürlich kann ich einen Chauffeur bezahlen. Die Frage ist nur, wo wir ihn unterbringen?"

„Das Haus ist nicht für großes Personal gedacht. Und wenn er womöglich noch verheiratet ist ..."

„Weißt du was? Ich habe eine grandiose Idee. Wir machen es so wie in den alten Schlössern — wir bauen kleine Extrahäuser. Wir haben noch Grund genug ... wir setzen ein kleines Haus an jede Gartenecke ..."

„Ja, ich weiß", sagt Gabriele mit einem lächelnden Seufzer. „Wenn wir ein Häuschen für den Chauffeur bauen, können wir auch ein zweites für einen ständigen Gärtner hinsetzen. Sind sie verheiratet, um so besser, dann können die Frauen im Haus helfen ..."

„Und ich werde den Gärtner bitten, daß er mir ein kleines Beet zuteilt." Gabrieles Lächeln ist nicht ganz frei von Bitterkeit. „Irgendwo an der Mauer ... so was bekamen früher immer die Herrschaftskinder ... und da kann ich dann murksen, soviel ich will, ohne den vornehmen Garten zu beschädigen."

Gemessen an ihrer Gage, hat Belinda einen beträchtlichen Erfolg. Ihr Name steht sogar auf den Plakaten, allerdings als letzter und ziemlich klein. Es ist ein neuer Name, Feldmann hatte ihn ihr gegeben. Sie heißt jetzt Linda Orth.

Belinda ist mit ihrem neuen Namen zufrieden. Sie kann an keinem Plakat vorübergehen, ohne sich zu vergewissern, ob er auch wirklich darauf steht, und jedesmal schlägt ihr Herz ein wenig schneller.

Schimmy hat noch nichts Neues für sie abgeschlossen, weil sie mit einem Erfolg rechnet und ihn in weiser Voraussicht abwarten will. Unterdessen macht sie eine eifrige Mundpropaganda, die ihr besonders wirkungsvoll da gelingt, wo man noch nicht weiß, daß sie die Kleine unter Vertrag hat. Die Schymanski hat eine gewisse Autorität.

Schimmy jauchzt und jubelt: „Du bist gemacht! Du bist durch! Was habe ich dir gesagt? Du sollst dich nicht an einen Sklavenhalter verkaufen! Erst einmal abwarten. Nach dem Erfolg können wir unseren Preis diktieren!"

Sie freut sich fast mehr über Lindas Erfolg als über Gollandts. Gollandt steht schon fest auf der obersten Stufe, er kann kaum höher steigen — er kann nur noch abstürzen. Aber danach sieht es noch nicht aus.

Linda schwirrt der Kopf. Sie weiß nach solch einer Unterredung nicht, ob und was sie eigentlich unterschrieben hat, was sie verdienen wird, wo sie arbeiten soll. Aber Schimmy weiß es.

Irgendwie anders hat sich Linda ihre Karriere vorgestellt. Sie hat gehofft, Drehbücher zu lesen, sich für eine Rolle zu entscheiden, sich lange und intensiv damit zu beschäftigen, sich auf einen Regisseur einzustellen, der sich ebenso auf sie einstellt. Das alles scheint nicht in Frage zu kommen.

Vier Wochen nach ihrem ersten Erfolg hat sie wieder zu tun, sie soll eine kurze, aber dankbare Episode spielen, drei, höchstens fünf Tage, aber besser bezahlt als die wochenlange Arbeit an ihrem ersten Film. Schimmy drückt ihr eine Flugkarte in die Hand und setzt sie in die Maschine, sie wird zwei Stunden später in einer fremden Stadt abgeholt, allerdings ohne Fotografen und Reporter. Sie wird in ein Hotel verfrachtet, in ein Zimmer gebracht, wieder daraus hervorgeholt, in einen Wagen gesetzt — sie kommt sich vor wie ein Gepäckstück. Sie wird vorgestellt, sie hört ein Dutzend Namen, die sie nicht kennt und nicht versteht. Um sie herum ist ein Schreien und Rufen und Schwatzen in fremden Sprachen, nicht in einer — wie ihr vorkommt, in hunderten. Es ist eine Coproduktion, der Regisseur ist Italiener, der Hauptdarsteller Franzose, die weibliche Hauptrolle hat eine Jugoslawin. Und sie denken anscheinend alle, daß sie schreien müssen, um besser verstanden zu werden. Gerade als sie anfängt, die Leute auseinanderzuhalten, überhaupt zu begreifen, was ihre Rolle in dem verwickelten Geschehen für eine Bedeutung hat — da ist schon wieder alles aus und vorbei, und sie darf zurückfliegen.

Und während der Flugstunden nimmt sie keinen Blick von der kleinen französischen Grammatik, die sie sich gekauft hat. Sie muß Sprachen lernen,

alle Sprachen, nicht nur, um sich zu verständigen, sondern um sie vollendet zu beherrschen.

In Riem empfängt sie Schimmy.

„Mach schnell, komm in meinen Wagen, ich habe keine Zeit." Die kleinen dunklen Augen flackern wie Irrlichter. „Mädchen, es ist soweit, es ist da, das große Glück, toi toi toi und unberufen, genau das, was ich mir für dich gedacht habe, was ich mir in meinen kühnsten Träumen gewünscht habe: d a s Buch, d i e Rolle, d e r Regisseur — und die Gage! Wenn wir uns gebunden hätten — ich hätte mir jedes Haar einzeln ausgerauft! Mädchen, du wirst staunen! Du wirst an die Decke springen!"

Linda springt nicht an die Decke, aber sie ist sehr glücklich. Und sie staunt auch nicht. Sie ist überzeugt, daß sie nur das erhält, was ihr zukommt.

Sie verbringt einen Abend mit Gollandt, es ist eine Art Abschiedsfeier. Gollandt hat einige freie Wochen vor sich und will am nächsten Morgen nach Hause fahren, um sie mit seiner Frau zu verbringen. Er behauptet, sehr froh und dankbar zu sein, daß Linda diese Trennung nicht allzu schwer nimmt. Er behauptet es. Aber im Grunde ist er erstaunt und gekränkt, daß sie so meilenweit entfernt ist von jeder Sentimentalität, von Schmerz, Rührung, Tränen, Eifersucht — und von ihm.

„Ich glaube, du bist ganz froh, wenn du mich für ein paar Wochen los bist!" sagt er.

„Ja, natürlich", gibt sie unumwunden zu. „Das mußt du doch besser verstehen als jeder andere. Ich bin nicht mehr ich, und ich will es auch nicht mehr sein. Ich bin ein Mädchen, das Jeanette heißt und vor hundert Jahren gelebt hat. Und dieses Mädchen liebt nicht Herrn Gollandt, sondern einen Verbrecher namens André . . ."

„Und den spielt Willmer?" lacht Gollandt ärgerlich. „Da kann ich mich ja auf etwas gefaßt machen, wenn ich zurückkomme!"

Gollandt hat Ferien und ruht sich aus. Er hat viel und angestrengt gearbeitet und viel Geld verdient. Er hat viel Arbeit vor sich und wird noch mehr Geld verdienen. Er hat das Recht, nichts zu tun und möglichst wenig zu denken.

Das Wetter kommt ihm zu Hilfe. Es ist ein wunderbar warmer Nachsommer, er kann den größten Teil des Tages im Garten verbringen. Er liegt in der Hollywoodschaukel oder auf einem Liegestuhl und tut nichts. Alles, was ihn umgibt, ist schön, friedlich, harmonisch, er ist glücklich wie ein Tier oder wie eine Pflanze. Wenigstens die ersten Tage, die erste Woche.

Als die Müdigkeit überwunden ist, stellt sich eine bohrende Unruhe bei ihm ein — und Langeweile. Wenn er Gabys vertrautem Gesicht und ihren klaren Augen gegenübersitzt, fühlt er die Verpflichtung, sich mit ihr auszusprechen — und gleichzeitig die Unmöglichkeit. Darum zieht er es vor, ihr nicht gegenüberzusitzen. Er kultiviert eine neue Leidenschaft: er fotografiert. Er hat sich die besten und teuersten Apparate gekauft und durchstreift Haus und Garten auf der Suche nach Motiven. Er nimmt das Haus von jeder Ecke auf, jede blühende Staude im Garten, den Hund — und natürlich auch Gaby. Und Gaby nimmt geduldig jede Pose ein und lächelt über seinen kindlichen Eifer.

Fortsetzung auf Seite 80

Perlenglanz schmückt Ihre Fingerspitzen. Wie sehr schmeichelt einer Frauenhand der sanfte Schimmer dieses schönen Perlmutt-Nagellacks! Jede der vielen CUTEX Farbnuancen ist eine reizvolle modische Überraschung. Wählen Sie das Besondere – schmücken Sie Ihre Fingerspitzen mit CUTEX-Perlmuttlack.

CUTEX

Lippenstift, Nagellack, Strong-nail, Nagellackentferner, Hautentferner, Nagel-Öl, Nagelfeilblättchen, Manikürstäbchen, Nagelweiß-Stift.

Der Treffpunkt Ihrer Fernsehlieblinge

Es geht nicht ohne Kavaliere

„Es hat sich im Grunde genommen nichts geändert durch die sogenannte ‚Gleichberechtigung', sie schließt keineswegs Ritterlichkeit und Höflichkeit aus. Nur – die Frauen sollten es uns nicht so schwer machen, den Kavalier zu spielen", sagt Hans Söhnker.

Heute zu Gast: Hans Söhnker

Auch ich habe schon so manches Mal beobachten müssen, daß die jungen Männer ihre Freundinnen, Bräute und Frauen mit einem burschikosen Schulterklopfen oder mit einem flüchtigen „Hallo" begrüßen. Dieser rauhe Ton zwischen den jungen Männern und jungen Mädchen von heute scheint mir jedoch nicht ganz „echt" zu sein. Ich vermute vielmehr, daß sich hinter diesem Benehmen Hemmungen verbergen, die sich früher in Schüchternheit und Verlegenheit äußerten. Vielleicht auch glaubt mancher Jüngling, daß er seiner Schönen durch forsches Auftreten besonders imponieren kann. Doch wieviel angenehmer wirkt es, wenn ein junger Mann versucht, seiner Dame gegenüber den echten Kavalier zu spielen, wenn er ihr im Lokal den Stuhl zurechtrückt, wenn er ihr in den Wagen hilft, wenn er ihr galant die Türen öffnet.

Klagen über Klagen

„Es gibt heute kaum noch Kavaliere", beklagte sich neulich eine meiner Schwestern. „Selten genug fällt es einem Mann in einer überfüllten Bahn ein, einer Dame seinen Platz anzubieten. Beim Einsteigen drängeln die Männer rücksichtslos mit ihren Ellenbogen. Und wenn ich an die Unhöflichkeit der Autofahrer denke . . ." Sie hatte noch etliche solcher Beschwerden gegen uns Männer vorzubringen.

Ich will hier keine Lanze brechen für diejenigen Männer, die bewußt alle herkömmlichen guten Gebräuche ignorieren, ich weiß, daß es davon — leider — eine ganze Anzahl gibt. Wenn man vier Schwestern hat, so wie ich, dann wird man schon von Haus aus zum Kavalier erzogen. Gewiß, während der Flegeljahre habe auch ich mich manches Mal im Ton vergriffen, aber eine Backpfeife vom Vater hat dann alles wieder ins richtige Gleis gebracht.

Und wenn ich später hier und da „faul" in meinen Kavalierspflichten werden wollte, dann habe ich nur an meine Schwestern denken müssen und daran, daß in jeder Frau die „Mutter" lebt. Und vor der Mutter habe ich auch heute noch die allergrößte Hochachtung.

Einen hübschen Anschauungsunterricht habe ich in England erhalten, als ich dort zwei Filme machen durfte:

Müde und abgekämpft saßen abends die Arbeiter im Omnibus, dicht gedrängt wie die Heringe. Eine Frau stieg ein. Sie trug einen Regenmantel, ein Abendkleid schaute darunter hervor. Suchend blickte sie um sich. Wirklich, sie brauchte nicht lange zu warten, bis eine der müden Figuren aufstand, um der Lady, die ganz gewiß keinen harten Arbeitstag hinter sich hatte, seinen Platz anzubieten. Wie es in diesem Mann aussah, das ging in diesem Augenblick keinen etwas an, er hatte der altbekannten englischen Höflichkeit Genüge getan.

Oft ist es schwer

Natürlich sind viele Frauen, denen der Krieg den Lebenspartner raubte, die im Berufsleben stehen, die ihre Kinder allein großziehen müssen und auch alle wichtigen Entscheidungen allein treffen müssen, sehr selbständig geworden. Das alles bringt es wohl mit sich, daß diese Frauen oft handeln, ehe ein Kavalier für sie einspringen kann. Diese liebenswerten „Gleichberechtigten" sollten es uns — trotz aller Selbständigkeit — bitte nicht so schwer machen, den Kavalier zu spielen. Die Frauen haben so viele liebenswerte Schwächen — die ja eigentlich ihre Stärke sind —, die uns Männer zu kleinen Ritterdiensten und Höflichkeiten geradezu herausfordern.

Meine Antwort auf die Frage, ob der Mann heute noch Kavalier sein kann, auch wenn die Frau auf ihre Gleichberechtigung pocht, lautet natürlich: Ja! — Kleine Dickfelligkeiten und ungewollte Unaufmerksamkeiten häufen sich gewiß mit zunehmendem Alter. Man wird halt so leicht bequem, aber an meiner Grundeinstellung soll das nichts ändern, und ich bin dankbar, wenn man mich mit der Nase auf meine Versäumnisse stößt und mir Gelegenheit gibt, zu sagen: „Entschuldige bitte!"

All die kleinen Aufmerksamkeiten, die wir unseren Schwestern, unseren Frauen, dem weiblichen Geschlecht erweisen, werden uns ja durch Nettigkeit und Zärtlichkeit vielfach vergolten.

Und sicher sind Sie, liebe FÜR SIE-Leserin, mit mir der gleichen Meinung: Es geht nicht ohne Kavaliere.

Ihr

Hans Söhnker

Ihr nächster Gast: Ida Ehre

Ein Herz für Martina

Fortsetzung von Seite 79

Er ist ungemein neugierig, wie seine Farbfilme geworden sind. Es ist ein gänzlich unverfängliches Thema, und man kann viel darüber reden . . . er möchte dies und das aufnehmen, aber es ist besser zu warten, um zu sehen, ob er alles richtig gemacht hat . . . aber vielleicht sollte er erst im Geschäft anrufen, ob alles fertig ist, damit er den Weg nicht umsonst macht . . .

„Fahr schon", sagt Gabriele. Sie sagt es nicht in dem Ton, den sie oft ihm gegenüber hat . . . dem leicht belustigten Ton einer gütigen Mutter gegen ein quengelndes Kind. Es klingt müde, gleichgültig, ein bißchen ungeduldig.

Es stört Gollandt, aber es hält ihn nicht ab, zu fahren.

Er holt sehr eilig seine gut gelungenen Aufnahmen ab und fährt zu Linda. Sie öffnet ihm die Tür, sie wirft sich gegen ihn, klammert sich fest, verbirgt ihr Gesicht an seiner Brust, er hört ihre erstickte Stimme: „Oh, Tony! Endlich!"

Dieser Ausbruch ist ebenso schmeichelhaft wie rührend, und Gollandt fühlt sich auch nicht beunruhigt, als er zwei Minuten später neben ihr im Zimmer sitzt. Irgendwie scheint sie verändert — blaß, verstimmt, abweisend. Sie ist zu lange allein gewesen, sie hat ihn vermißt . . . sie tut ihm leid, aber sie wird sich daran gewöhnen müssen, er kann es nicht ändern . . .

„Schau mal." Er holt die Bilder aus der Tasche, in dem Bestreben, sie abzulenken, sie aufzuheitern. „Ich hab' Farbaufnahmen gemacht . . . sind gerade fertig geworden . . . ist das nicht ausgezeichnet? Und dies hier . . .?"

Er sortiert, er breitet vor ihr aus, gibt Erklärungen . . . das ist die Einfahrt und das ist die Südseite und das ist der Erker . . . Kein Bild von Gaby dabei, selbstverständlich. Und Linda starrt darauf hin, mit gesenktem Kopf, stumm, unbeweglich. Bis sie plötzlich hochfährt: „Ach, laß mich doch in Ruhe mit dem Quatsch!" Ihre Hand fegt die Bilder durcheinander. „Ich kriege ein Kind."

„Nein!"

Lindas Lippen verziehen sich. „Ich hätte besser sagen sollen: Wir kriegen ein Kind."

„Ja . . . natürlich", stammelt er verstört. „Ist es denn möglich? Reg dich nicht auf, Schatzl." Er greift nach ihrer Hand. „Wir werden Rat schaffen . . ."

Da bricht die angestaute Flut aus Belindas Augen, sie wirft den Kopf auf den Tisch, das Schluchzen schüttelt ihren Körper. Undeutlich murmelt ihre zerrissene Stimme dazwischen: „Was soll denn nun werden? . . . Und jetzt, gerade jetzt! . . . Ich war so unglücklich . . . und keinen Menschen, mit dem ich reden konnte . . . den ich um Rat fragen konnte . . . und du nicht da . . . und Geld habe ich auch nicht!"

„Geld!" sagt Gollandt verächtlich. „Geld ist genug da! Als wenn's darauf ankäme. Brauchst du Geld?" Er streichelte behutsam die zuckenden Schultern.

Fortsetzung folgt

Peter staunt: so weich ist ORLON!

Strickwaren aus ORLON machen kleine Knirpse glücklich: weich wie ein Flaum – kein Kratzen mehr! Wichtig für Mutti: spielend leicht zu waschen, kein Filzen. Knabenanzug 6552 von E. Schnizler, Reutlingen, Gratwohlstraße 13.

DU PONT

Bessere Dinge für ein besseres Leben . . . *dank der Chemie*

DU PONT CHEMIE G. m. b. H., Düsseldorf, Postfach 25 28

*ORLON ist das eingetragene Warenzeichen für DU PONT's Acrylfaser. ORLON wird ausschließlich von DU PONT hergestellt. DU PONT produziert nur die Faser, keine Kleidung.

Orlon*

Jeden Tag eine Tasse

Früh, auf nüchternen Magen, abends, vor dem Einschlafen, oder, wenn man eine Unpäßlichkeit spürt, auch einmal untertags, wirkt die Tasse Kräutertee wahre Wunder: Sie erhält schlank, sie macht Appetit, sie beruhigt die Nerven, sie beugt der Erkältung vor, sie ist unschädlich und ungefährlich. Lesen Sie bitte auf den folgenden Seiten, wie man sie richtig zubereitet und was der Hausarzt dazu meint.

Ein FÜR SIE-Farbfoto von Juliette Lasserre.
Spezial-Kräutertee-Tassen: Wächtersbacher Keramik.

1
Apfel-Tee

2
Pfefferminze

3
Hagebutten

Gesundheit

4
Schlankheitstee

5
Kamillen

6
Lindenblüten

Ihr Morgentrunk ist rasch zubereitet, wenn Sie ihn in der neuen Kräutertee-Spezialtasse zubereiten, die einen Einsatz besitzt und auch zugedeckt werden kann, wie das Farbbild auf Seite 83 zeigt. Die vorgeschriebene Menge Kräutertee wird einfach in den Einsatz gegeben und dann mit kochendem Wasser aufgegossen.

Jeden Tag eine Tasse Gesundheit

Fortsetzung von Seite 82/83

Wenn der Tee einige Minuten „gezogen" hat, nehmen Sie den Einsatz heraus, stellen ihn auf den umgedrehten Tassendeckel, und Ihr Kräutertee ist trinkfertig. Die hübschen, appetitanregenden Keramiktassen sind ein Erzeugnis der Wächtersbacher Keramik (Schlierbach bei Wächtersbach, Hessen).

Wenn der Kräutertee nicht nur gesund erhalten, sondern auch heilen soll, werden Sie vielleicht – am besten dem Rat Ihres Arztes folgend – zu einer der vielen gebrauchsfertig erhältlichen Mischungen greifen. Diese wohlabgestimmten Gemenge aus naturreinen Pflanzendrogen gibt es für vielerlei Leiden in Ihrer Apotheke, in Reformhäusern und Fachdrogerien.

Die „Frühlingskur" mit Pflanzensäften und Kräuterteemischungen entspringt uralter Überlieferung. Mit Hilfe fertiger Teegemische ist sie heutzutage leicht durchzuführen. Sie hat entschlackende Wirkung und fördert die allgemeine Regenerierung.

Außerordentlich rasch zubereitet ist das Glas Kräutertee mit Hilfe der praktischen Teebeutel, die es neuerdings auch für verschiedene Kräuterteearten gibt.

Bei anderen Völkern hoch geschätzt: die Kamille

„Infusion de camomille" — das klingt hübsch, nicht wahr? Wir sagen schlicht „Kamillentee", wenn wir dasselbe meinen. Wenden Sie, liebe FÜR SIE-Leserin, bitte nicht ein, daß für ein französisches Ohr „la infusion de camomille" wahrscheinlich genauso prosaisch klingt wie das biedere Wort „Kamillentee" für ein deutsches — das stimmt nämlich nicht! Versuchen Sie einmal, in einem deutschen Restaurant eine Tasse Kamillentee zu bekommen! Nun, einen französischen Kellner werden Sie mit diesem Verlangen nicht in Verlegenheit bringen; in manchen französischen Hotels serviert man Ihnen „la infusion de camomille" sogar an der Bar. Wie in manchen Teilen Frankreichs, so ist auch in vielen anderen Ländern rund um das Mittelmeer herum der aus den Blüten der Kamille zubereitete Tee das bevorzugte Abendgetränk.

Soviel, liebe Leserin, zur Wertschätzung der Kamille in anderen Ländern. Natürlich haben auch Sie getrocknete Kamillenblüten im Haus — in einer Blechbüchse oder in einem Glas mit Etikett. Aber I h r e Kamille ist Medizin und ein Bestandteil der Hausapotheke und kommt nur zu Ehren, wenn Ihr kleiner Sohn nachts über Magenschmerzen klagt. Ist Ihnen, wenn Sie Ihrem Jungen seinen Kamillentee zubereiteten, nie das feine Aroma in die Nase gestiegen? Haben Sie sich dann nicht gefragt, warum man einen Tee von Matricaria chamomilla — so heißt unsere Kamille mit ihrem wissenschaftlichen Namen — nur dann trinkt, wenn man ein „Wehwehchen" hat?

In Ihrer Kräuterapotheke finden sich noch ein paar andere Büchsen und Gläser, an denen man ganz gern einmal schnuppert. Schauen wir sie uns der Reihe nach an: Auch sie enthalten nicht nur Medizin für dieses oder jenes kleine Leiden, sondern den lieblich duftenden Rohstoff für Ihre tägliche Tasse Gesundheit.

Die Pfefferminze

Sie haben einen „feinen" Stammbaum, die getrockneten Pflänzchen in dem Glas mit der Aufschrift „Mentha piperita": Lange vor Christi Geburt bereits bauten buddhistische Mönche in Klostergärten des Fernen Ostens die Pfefferminze an. Über Nordafrika und Südeuropa kam sie gegen Ende des 17. Jahrhunderts nach England und von dort auch zu uns. Die Pflanze ist reich an Menthol und ätherischen Ölen. Der wohlschmeckende Tee, den Sie aus Blättern, Blüten und Stengeln des Krautes bereiten, wirkt appetitanregend und krampflösend, beseitigt nervöse Störungen und fördert die Gallenproduktion. Man kann ohne Übertreibung sagen, daß der regelmäßige Genuß von Pfefferminztee Ihr körperliches und seelisches Gleichgewicht festigt.

Die Hagebutte

Die Frucht der im Volkslied besungenen Heckenrose ist die Hagebutte, die man bereits zu Mus und Marmelade verarbeitete, als man noch nichts von Vitaminen wußte. Sie, liebe FÜR SIE-Leserin, wissen selbstverständlich: Die Hagebutte zählt zu unseren vitamin-C-reichsten Früchten. Nur eines sollten Sie beachten: Der Vitamingehalt der Hagebutte nimmt bei längerer Lagerung stark ab! Kaufen Sie daher nur kleine Mengen ein. Zu lange gelagerte Hagebutten ergeben zwar immer noch ein wohlschmeckendes Teegetränk, helfen Ihnen aber nicht mehr gegen die Frühjahrsmüdigkeit.

Lindenblüten

Ihre tägliche Tasse Gesundheit kann zur Abwechslung auch einmal Lindenblütentee enthalten — als Dauergetränk kommt dieser Tee nicht in Frage! Was die Volksmedizin schon seit langer Zeit wußte, hat jüngst seine Bestätigung durch die Wissenschaft gefunden: Ständiges Trinken von Lindenblütentee kann zu Herzschädigungen führen. Eine mehrtägige Lindenblütenkur kann dagegen Wunder wirken: Verschleimungen von Luftröhre und Lunge lösen sich, „uralte" verschleppte Bronchialkatarrhe verschwinden, und unsere „Manager" fühlen sich wie neugeboren. Auch die Herztätigkeit regt unser Lindenblütentee an und reinigt das Blut.

Und nochmals: die Kamille

Von der Beliebtheit der Kamille in südlicheren Breiten haben wir schon gehört; die vielfältige Anwendung der Blütenköpfe dieses Krautes als Heil- und Vorbeugungsmittel können wir hier nicht behandeln: Sie werde „beinahe zu allen presten (Ge-

brechen) gebrauchet", hat ein alter Kräuterkundiger von der Kamille gesagt. Mit einer Tasse Kamillentee sollte der Tageslauf aller Reizbaren und Unrastigen beginnen; am Abend vor dem Schlafengehen genossen, schenkt eine Tasse Kamillentee Ihnen eine geruhsame Nacht.

Apfelschale

Vielleicht findet sich in Ihrer Kräuterapotheke auch eine Büchse mit getrockneter Apfelschale: Der Tee daraus gilt bekanntlich als Heilmittel bei rheumatischen Erkrankungen. Sein lieblicher Geschmack empfiehlt ihn als tägliches Getränk für Ihre Kinder.

Kräuterweiblein unmodern

Keine Angst, liebe FÜR SIE-Leserin! Sie brauchen, wollen Sie sich und Ihren Lieben mit Kräutertees Gutes tun, sich nicht in ein Kräuterweiblein zu verwandeln — ja, wir raten Ihnen sogar davon ab! Sicherlich, die genannten Pflanzen sind selbst den naturentfremdeten Städtern bekannt, doch bedenken Sie, daß das kunstgerechte Trocknen und Zerkleinern, aber auch die richtige Sammelzeit von allergrößter Bedeutung sind, wenn die gesundheitsfördernden Wirkstoffe erhalten bleiben sollen. Ihr Apotheker und Ihr Fachdrogist haben die genannten Teesorten vorrätig. Auf den Päckchen oder Aufgußbeuteln finden Sie meist Hinweise für die Zubereitung. Übrigens nennt der Fachmann jene Zubereitungsart, die wir gewöhnlich schlichtweg als „Tee" bezeichnen, eine „Infusion" oder auch einen „Aufguß". Beachten Sie bitte, daß das Wasser in einem Aluminiumtopf nur kurz zum Kochen gebracht werden soll und die abgemessene Kräutermenge in einem Porzellan- oder Emaillegefäß überbrüht wird. Lassen Sie den Aufguß etwa zehn Minuten ziehen.

Schlankheitstees, Mischungen aus verschiedenen Kräutern, sind selbstverständlich nicht als Dauergetränke zu genießen, sondern werden zu befristeten Kuren gebraucht. Sie erhalten sie in Apotheken, Drogerien und Reformhäusern. Probieren Sie einmal, ob Ihnen Ihr Badeanzug vom vorigen Jahr noch paßt — noch haben Sie Zeit . . .

Übrigens — wie steht es denn sonst mit Ihrer Kräuterapotheke? Sind Sie wirklich gegen jedes „Wehwehchen" gerüstet? Sie sind es, wenn Sie auch die folgenden Kräuter griffbereit im Hause haben:

1. Baldrian,
2. Orangenblüten,
3. Isländisches Moos,
4. Holunder,
5. Heidelbeeren,
6. Käsepappel,
7. Zitronenmelisse,
8. Sennesblätter,
9. Tausendgüldenkraut,
10. Spitzwegerich,
11. Eibisch,
12. Salbei.

Blitzblanke Möbel blitzschnell beim Staubwischen

Ja, so leicht wird es Ihnen heute gemacht, Ihrer Wohnung die ursprüngliche Schönheit für immer zu erhalten – durch pronto. Nur Staub wischen wie gewohnt, und im Nu ist alles blitzblank. pronto aufsprühen, leicht nachwischen, spurlos verschwinden Staub, Schmutz und Flecken. Kein einziges Staubkorn entgeht mehr dem Staubtuch.
Und der Erfolg: Ihr ganzes Heim erstrahlt in vollendeter Gepflegtheit. Darum nicht vergessen: von jetzt ab gehören pronto und Ihr Staubtuch immer zusammen.

Ein Produkt von JOHNSON-Grünol, Solingen-Wald
In allen guten Drogerien und Fachgeschäften Deutschlands und der Schweiz erhältlich.

pronto hilft Ihnen im ganzen Haus.
pronto pflegt:

helles oder dunkles Holz

Leder, Kunstleder, Plastik

Metall, Keramik, Spiegel

Mit pronto staubt sich's glänzend ab!

2-PRO 20

Heute leisten Sie mehr denn je – zum Nutzen Ihrer Kinder, Ihrer Familie!

Henkel bringt heute Produkte von morgen!

Henkel

Nie haben Sie gründlicher und schneller Sauberkeit geschaffen als heute.
Nie war Ihre Wäsche so weiß, so sauber, so schonend gewaschen.
Sie leisten heute mehr – in kürzerer Zeit als je zuvor. Moderne Produkte der Henkel-Forschung – Waschmittel, Reinigungsmittel, Spülmittel – tragen dazu bei: Aus dem Waschtag von einst sind Waschstunden geworden.
Weil Henkel Ihre Arbeit kennt, weil Henkel in unermüdlicher Forschungsarbeit ständig neue Erkenntnisse gewinnt, neue Erfahrungen sammelt, deshalb kann Henkel immer neue, immer bessere Produkte herstellen.
Ein Beispiel: Tagtäglich werden in den Henkel-Werken viele Zentner Wäsche gewaschen. In Reihenversuchen zum Teil bis zum Verschleiß. Mit harten und weichen Wassersorten. Nach allen nur möglichen Waschmethoden.
Tagtäglich untersuchen Chemiker, Textilfachleute und andere Wissenschaftler diese Wäsche. Auf Weiße und Sauberkeit. Auf Reißfestigkeit. Auf Scheuerfestigkeit. Alle Erkenntnisse und Erfahrungen, die Henkel aus der Arbeit der Hausfrau, aus seiner eigenen Forschungstätigkeit gewinnt, dienen dazu, Produkte zu entwickeln, die das Leben leichter und schöner machen.

Sie haben heute mehr Zeit für Ihre Kinder, für Ihre Familie ... mehr Zeit für alles, was Ihr Leben lebenswerter macht. Ihre Kinder wachsen froher, behüteter, glücklicher auf. Henkel trägt dazu bei ... durch moderne Produkte, die immer besser, immer leichter Sauberkeit schaffen.

Der Einmachtip FÜR SIE

Schon jetzt, liebe Hausfrauen, beginnt die Einmachzeit! Draußen in den Gärten reift der Rhabarber, und die ersten Erdbeeren leuchten rot aus den Beeten. Bald ist beides auch reichlich in der Stadt zu haben. Dann wird es Zeit, die Weckgläser und Dosen hervorzuholen und nach den FÜR SIE-Einmachrezepten die ersten vitaminreichen Vorräte für den Winter bereitzustellen.

Rhabarbersaft

Die dicken, roten Rhabarberstengel werden gut gewaschen, nicht geschält und in kleine Stücke geschnitten. Mit sehr wenig Wasser setzt man sie zum Kochen auf und läßt sie eben weich werden. Der durch ein Safttuch oder einen Beutel abgelaufene Saft wird mit Zucker aufgekocht: 500 g Zucker auf 1 l Saft. Nachdem der Saft dann gut abgeschäumt ist, wird er in Flaschen gefüllt und sofort verschlossen.

Beim Entsafter rechnet man auf 1 kg rohen Rhabarber 80 bis 90 g Zucker. Die Entsaftungszeit beträgt 50 bis 60 Minuten. (Gerrix-Entsafter.)

Erdbeerkonfitüre mit „Opekta"

Zutaten: *3 Pfund Erdbeeren, 3 Pfund Zucker, 1 Normalflasche „Opekta", 3 Eßl. reiner Zitronensaft.*

Zubereitung: Die Früchte werden gewaschen, entstielt und dann erst gewogen. Ungefähr die Hälfte der Erdbeeren werden halbiert oder geviertelt, die anderen Früchte zu Mus gerührt. Die mit Zucker bestreuten Erdbeeren schichten Sie in eine Porzellanschüssel und lassen die Schüssel über Nacht stehen, damit die Früchte Saft ziehen können.

Am nächsten Morgen wird die Frucht-Zuckermasse in einem großen Kochtopf (er darf nur zur Hälfte gefüllt sein) unter ständigem Rühren zum Kochen gebracht und nach dem ersten Aufbrausen volle 10 Minuten auf höchster Flamme weitergekocht. Erst jetzt geben Sie den Inhalt der „Opekta"-Flasche und 3 Eßlöffel Zitronensaft in die kochende Konfitüre. Alles zusammen darf noch 4 bis 5 Sekunden aufwallen und wird dann sofort in die vorgewärmten Gläser eingefüllt.

Da die Fruchtstückchen unweigerlich im Glas aufsteigen werden, kann man folgenden kleinen Trick anwenden: Auf das mit Cellophanpapier geschlossene Glas wird eine Untertasse fest auf den Glasrand gedrückt und Glas und Teller schnell umgedreht. Über Nacht bleibt das Glas auf dem Kopf stehen, und am nächsten Morgen sind in den wieder aufrecht stehenden Gläsern die Erdbeerstückchen in die untere Geleeschicht fein säuberlich eingebettet.

Erdbeerkompott mit „Hermekon"*)

Auf 1 l Wasser rechnet man etwa 250 g Zucker, der in kaltem Wasser angesetzt, gut aufgekocht und abgeschäumt wird.

Sie entstielen und waschen die Früchte und lassen sie anschließend auf einem Sieb abtropfen. Sobald die Zuckerlösung gekocht hat (und gut abgeschäumt ist), geben Sie die Früchte hinein und lassen sie ungefähr ½ Minute aufwallen (nicht vergessen, auch hier wieder gut abzuschäumen!). Jetzt werden die Früchte mit einem Schaumlöffel heiß in die bereitstehenden, vorgewärmten Gläser gegeben. Sind alle Gläser gefüllt, wird die inzwischen weiterkochende Zuckerlösung sofort über die Früchte gegeben und das Glas verschlossen.

*) „Hermekon" ist ein chemisches Präparat zum Haltbarmachen von Obst und Gemüse in Gläsern. Nach dieser Methode brauchen die Gläser nicht im Wasserbad gekocht zu werden. Wie Sie „Hermekon" anwenden, lesen Sie bitte in Heft 10, Seite 88, „Einmachen mit ‚Hermekon'".

Im nächsten

Einmachtip FÜR SIE

lesen Sie, wie man **Süßkirschenkompott, Möhren und Erbsen in Dauerdosen** einmacht.

Bleikristall-Garnitur
AR 821/0688

rheinkristall

im guten Fachgeschäft

Auf Wunsch werden Bezugsquellen gern nachgewiesen von Glashütte Leichlingen GmbH. Leichlingen-Rhld. Abt. 8 f

Schalen D 3712,
in rubin oder indigo

Der Einkauftip FÜR SIE

Jetzt besonders preiswert:

Spinat und Rhabarber

Das Angebot an frischem Obst und Gemüse wird jetzt von Woche zu Woche reichhaltiger. Es ist für die Hausfrau geradezu ein Vergnügen, die herrlich frischen Auslagen in den Geschäften zu betrachten und die Wahl zu treffen. Leider verleiten uns die Augen oft dazu, nicht rationell einzukaufen — wir lassen uns verführen, die teuren Gemüse- und Obstsorten den preiswerter angebotenen vorzuziehen. Das belastet das Haushaltsgeld unnötig – kaufen Sie lieber zur Zeit des großen Angebots und der niedrigen Preise, also bei einer Schwemme. Auch die jetzt nach dem langen Winter so verlockenden Obst- und Gemüsedelikatessen werden in wenigen Wochen billiger werden!

Unser **„Einkauftip"** wird Sie bis in den Winter hinein begleiten. Er zeigt Ihnen, welche Gemüse und Früchte jeweils besonders preisgünstig sind. Damit Sie auch gleich Appetit bekommen, veröffentlichen wir dazu leckere Rezepte.

Der Spinat bietet dem menschlichen Körper einen besonders großen Reichtum an wichtigen Nährstoffen: Unter der Vielzahl der Mineralstoffe steht an erster Stelle Eisen, das reichlich vorhanden ist, neben Kalk, Phosphor, Schwefel und Lecithin. Diese Vitamine sind im Spinat: Provitamin A (Carotin) und Vitamin C, das zusammen mit Eisen und Blattgrün die Blutbildung fördert.

Spinatküchlein

Zutaten: *500 g verlesener junger Spinat, 1 Eßl. kleingehackte Zwiebeln, 1 Eßl. gewiegte Petersilie, 250 g gekochte und geriebene Kartoffeln (Sie können statt dessen Kartoffelmusreste vom Vortage oder 4 altbackene Brötchen verwenden), 25 g Butter, 1 Ei, eine Prise Salz, Basilikum und Majoran, 2 Eßl. Weckmehl. Fett zum Ausbacken.*

Zubereitung: Der Spinat wird gut gewaschen und verlesen. Blattstiele, die nicht zu groß und hart sind, können Sie mitverwenden. Der rohe Spinat wird fein gehackt. Wenn Sie kein Kartoffelmus verwenden, drükken Sie jetzt die eingeweichten Brötchen gut aus und vermischen sie mit dem gewiegten Spinat, der Zwiebel und der Petersilie. In Butter dämpfen und mit Basilikum und Majoran würzen. Mit Hilfe von Weckmehl formen Sie runde oder längliche Küchlein, die nicht auseinanderfallen dürfen, und backen sie schwimmend für 5 Minuten in heißem Fett aus.

Rhabarber gehört zur Familie der Stengel- und Sproßgemüse. Er enthält Kalk, Kalium, Phosphorsäure und die Vitamine B und C. Wegen seines reichen Gehaltes an Apfel- und Zitronensäure ist Rhabarber zur Frühjahrsentschlackung besonders geeignet. Auch auf den Stoffwechsel übt er eine anregende Wirkung aus und ist darum bei Diätkost für Kranke sehr beliebt.

Rhabarberauflauf

Zutaten: *750 g Rhabarber, 1 Stück Vanillestange, 150 g Zucker (oder mehr).*

Teig: *4 Eier, 125 g Zucker, eine Prise Salz, etwas abgeriebene Zitronenschale, 1 Eßl. Rum oder Weinbrand, 1 Eßl. Mondamin.*

Zubereitung: Den gewaschenen und in Würfel geschnittenen Rhabarber lassen Sie zusammen mit sehr wenig Wasser, Zucker und Vanille gar ziehen. Je nach der Süße des Rhabarbers streuen Sie mehr oder weniger Zucker darüber. — 4 Eigelb, Zucker, Zitronenschale und die Prise Salz rühren Sie ungefähr ¼ Stunde lang, bis die Masse schaumig ist. Dann fügen Sie Rum oder Weinbrand, Mondamin und den steifgeschlagenen Eischnee hinzu. — In eine gut gefettete Auflaufform füllen Sie das Kompott und bedecken es mit dem schaumigen Teig. Bei mäßiger Hitze den Auflauf ½ Stunde im Ofen backen, bis er goldgelb ist.

VIELE VORTEILE

bietet

·V·I·V·O·

beim täglichen Einkauf

·V·I·V·O· ist der Zusammenschluß von 32000 selbständigen Lebensmittelkaufleuten in Europa, die auf dem internationalen Markt einkaufen und ihre Erfahrungen austauschen, um ihren Kunden Viele VOrteile bieten zu können.

VI-6

1

Für eine ausgiebige Wochenend-Mahlzeit im Grünen werden die Gerichte zum Teil daheim zu- oder vorbereitet, im Henkelkorb oder in verschließbaren Plastikbüchsen verpackt und im Kofferraum des Wagens verstaut.

2

Aluminium-Haushaltsfolien sind eine wertvolle Hilfe in der Camping- und Picknick-Küche: Sie sind haltbar, luftundurchlässig, zum Einwickeln von gekochten oder rohen Speisen und als „Teller" (ohne Abwasch) zu benutzen.

3

Mehr Aufwand erfordert es schon, wenn Sie einen Camping-Grill mit auf den Zeltplatz nehmen und die Gerichte auf offenem Feuer gar bruzzeln. Bestecke und Geschirr finden dann in einem gut eingeteilten Picknickkoffer Platz.

Im Freien serviert

Bei einem Picknick-Ausflug in die blühende Frühlingslandschaft können Sie Ihren ersten Sonnenhunger stillen und sich der Vorfreude auf kommende Urlaubstage hingeben.

Farbfotos: Lavinia

Die ausführlichen Rezepte für die hier gezeigten, schnell zu bereitenden Mahlzeiten finden Sie auf den nächsten Seiten.

3

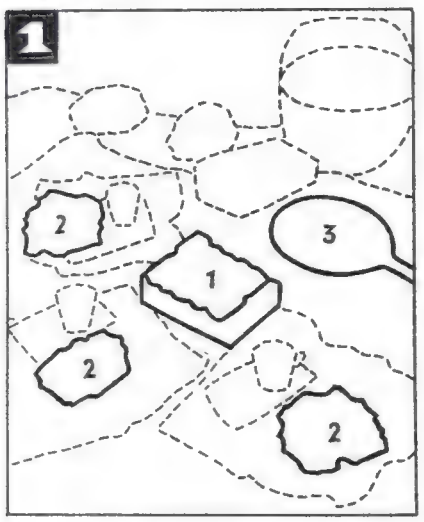
Im Freien serviert

Fortsetzung von Seite 90/91

Und hier die Rezepte für die auf der vorhergehenden Seite abgebildeten Gerichte:

Wochenendmahlzeit im Grünen

Wenn Sie einen Tagesausflug mit dem Wagen unternehmen, sollten Sie alle Speisen zu Hause fertigstellen und sie – eingepackt im Korb – in dem Kofferraum unterbringen, dazu nur das nötigste Geschirr und Besteck. Wir empfehlen Ihnen, so früh wie möglich loszufahren, um so eher sind Sie am Ziel und verspüren – wie sollte es an der frischen Luft anders sein – gerade den richtigen Appetit für einen zwischenzeitlichen Morgenimbiß:



1. Picknick-Rollen

Zutaten:

1 kleines Kastenweißbrot. Füllung: 3 Ecken Schmelzkäse (Salami oder Tomate), 100 g Butter, je eine Prise Salz und Pfeffer, Schnittlauch oder Petersilie (beides gehackt).

Zubereitung:

(Am Tage vor dem Ausflug)

Teilen Sie das Weißbrot in der Mitte, entfernen Sie die Rinde und schneiden Sie von beiden Brotteilen je vier oder fünf Schnitten in Längsrichtung. Diese bestreichen Sie mit einer Käsecreme aus den oben genannten Zutaten, rollen jeden einzelnen Brotstreifen wie eine Roulade zusammen, befestigen sie noch mit einem Holzspießchen und wickeln sie in Butterbrotpapier. Ein Glas Milch (gut verschlossen mitnehmen), eine frische Tomate oder Gurke schmekken dazu.

Zum Mittagessen gibt es dann:

2. Vagabunden-Steak

Zutaten:

Pro Person: 1 Steak, 1 Ei, 1 kleine Zwiebel, Pfeffer, Salz, Bratfett.

Zubereitung:

Das Fleisch braten Sie am Morgen des Ausflugstages, es muß nur fünf Minuten von jeder Seite in heißem Fett garen. Schnell würzen und jedes fertige Stück gleich — ohne Bratensud — auf einen vorher zugeschnittenen, großen Bogen Aluminium-Haushaltsfolie legen. In dem gleichen Fett braten Sie noch für jeden ein Ei von beiden Seiten, legen es auf das Fleisch, streuen eine Prise Salz darüber und dünsten zuletzt die in Ringe geschnittenen Zwiebeln im Fett an, sie kommen auf die noch warmen Eier. Schlagen Sie die Alu-Folie von allen Seiten zusammen, verstauen Sie die Päckchen für die Fahrt und benutzen Sie die Folie im Freien gleich als Eßteller. Gabeln, Messer, Papierservietten und für jeden ein Brötchen (oder Weißbrot) packen Sie dazu. Auch hierzu erfrischt eine Tomate oder grüne Gurke.

Am Nachmittag mundet ein:

3. Zimtkranz

Zutaten:

Teig: 500 g Mehl, 30 g Hefe, 100 g Butter, 80 g Zucker, 2 Eier, 1–2 Eigelb, 1 Prise Salz, 1/8 l Milch oder Sahne. Füllung: 80 g Butter, 2½ Eßl. Zucker, ½ Eßl. Zimt, 3 Eßl. geh. Mandeln. Zum Bepinseln: 1 Eigelb.

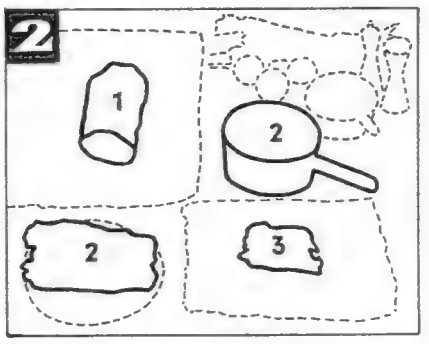
Zubereitung:

(Am Tage vor dem Ausflug)

Die zerbröckelte Hefe muß — mit je etwas Zucker, Mehl und lauwarmer Milch vermischt — gehen. Inzwischen rühren Sie die Butter mit dem restlichen Zucker, den ganzen Eiern und dem Eigelb schaumig. Geben Sie die Schaummasse zum bereitgestellten Mehl in eine große Schüssel, desgleichen die aufgegangene Hefe. Abschlagen, nach Bedarf noch lauwarme Milch hinzufügen, gehen lassen. — Jetzt bereiten Sie die Füllung, indem Sie die Butter auslassen und mit dem Zucker, Zimt und den gehackten Mandeln mischen. Zuletzt fetten Sie ein Backblech ein, kneten den gegangenen Teig noch einmal durch und schneiden ihn in drei Teile. Den ersten Teil formen Sie zu einer Rolle, legen diese auf dem Blech zu einem Kreis zusammen und drücken den Teig gleichmäßig flach, er wird noch mit verquirltem Ei bestrichen. Aus den restlichen Teigteilen formen Sie je eine lange Rolle, die Sie nebeneinander auf den unteren Teigring legen. Zwischen die beiden oberen Rollen füllen Sie die Zimt-Butter. Der Kranz soll noch einmal gehen, ehe er mit Eigelb bestrichen wird und im vorgeheizten Ofen bei guter Hitze 15 bis 20 Minuten gebacken wird. Zum Kuchen — den Sie übrigens auch in einer Alu-Folie frisch halten können — nehmen Sie Kaffee in der Thermosflasche mit (Zucker und Milch nicht vergessen!).

Daheim gekocht — in Folie mitgenommen

Wenn Sie erst nach einem ausgiebigen Frühstück von zu Hause losfahren und nur die Mittagsmahlzeit im fröhlichen Kreis draußen einnehmen, machen Sie wenig Umstände! Packen Sie einige Bestecke, Butter, Weißbrot und Getränke ein und sorgen Sie für eine herzhafte Zutat. Zum Beispiel:



1. Kasseler Braten

Kaufen Sie etwa 1½ Pfund durchwachsene, leicht geräucherte Kaßlerrippe. Diese wickeln Sie fest in ein Stück Alu-Folie und legen sie in eine feuerfeste Form. In den Ofen schieben und bei guter Hitze 30 bis 40 Minuten garen. In der Folie bleibt das Fleisch saftig und wird erst am nächsten Tag am Picknickziel ausgepackt, aufgeschnitten und zu frischen Tomaten und Butterbrot serviert. Zum Nachtisch überraschen Sie alle mit leckerem Kompott (aus der Dose) oder bieten frisches Obst an.

2. Fischfilet und Kartoffelsalat

Zutaten:

Pro Person: 1 Fischfilet, Salz, Zitronensaft, etwas Butter, Dill oder Schnittlauch, ½ Tomate. Für den Salat: 750 g Kartoffeln, 2 Äpfel, 1 saure Gurke, Salz. Für die Marinade: 4 Eßl. Öl, 4 Eßl. Wasser, 2 Eßl. Essig, Salz, Pfeffer. – Majonäse.

Zubereitung:

Beträufeln Sie die gewaschenen Fischfilets mit Zitronensaft und streuen Sie Salz darüber. Verrühren Sie die Butter mit dem gehackten Dill oder Schnittlauch und verteilen Sie sie als Butterflöckchen auf jedem Filet, das Sie anschließend einrollen und mit einem kurzen Holzstäbchen zusammenhalten. Nun legen Sie die Filets auf viereckig zurechtgeschnittene Aluminiumfolie (Sie können 2 Filets auf einen Bogen legen), geben die aufgeschnittenen Tomaten dazu und wickeln die Folie fest zusammen. Diese Pakete werden auf den Kartoffeln mitgekocht; so wird der Fisch in der Folie gar. Danach nicht öffnen; die Filets essen Sie dann kalt zum Kartoffelsalat, den Sie noch fix zubereiten. (Kartoffeln pellen, schneiden, mit gewürfelten Äpfeln und Zwiebeln und der Marinade mischen, zuletzt mit Majonäse unterziehen und im Weckglas oder einem Plastikgefäß transportieren.)

3. Koteletts mit Erbsen

Zutaten:

4 Koteletts, 1 Stange Lauch, Bratfett. 1 Paket tiefgefrorene Erbsen oder 1 Büchse Erbsen. Butter. Zum Panieren: 1 geschlagenes Ei, Semmelmehl.

Zubereitung:

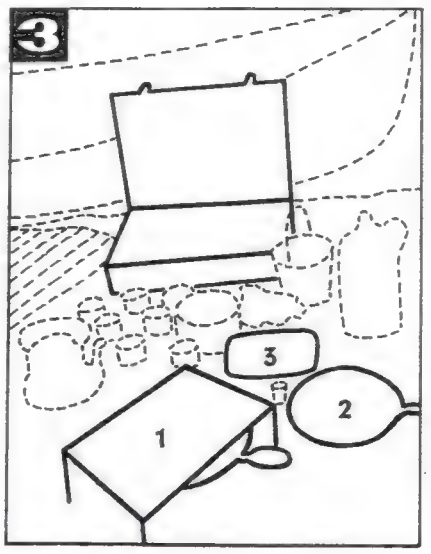
Salzen und pfeffern Sie das Fleisch, ziehen Sie jede Scheibe durch das geschlagene Ei und wälzen Sie sie von beiden Seiten in Semmelmehl. Den gewaschenen Lauch schneiden Sie in feine Ringe und braten ihn mit dem Fleisch zusammen im Fett. Inzwischen haben Sie die Erbsen im Topf mit Butter zusammen erhitzt. Auf je ein Stück Alu-Folie kommen nun: das Fleisch, darauf etwas Porree, dazu ein Viertel der Erbsen. Fest zusammenwickeln, wegpacken und . . . Guten Appetit beim Verzehr unter freiem Himmel! (Selbstverständlich schmeckt an Stelle der Erbsen auch anderes Gemüse!)

Mahlzeit am offenen Feuer

Zelten – und sei es nur für ein verlängertes Wochenende – und Kochen auf lustig flackerndem Feuer gehören zu den ganz besonderen Sommerfreuden. Viele Zeltbegeisterte lassen es sich nicht nehmen, ihre Ausrüstung auf jeden Fall noch durch einen handlichen Rost mit Füßen (der einfachsten Art eines Grills) zu vervollständigen und das Feuer unter der Bratpfanne selbst zu schüren. Eine so gebruzzelte Mahlzeit schmeckt immer! Wenn auch noch an Plastikgeschirr im Koffer, an Bestecke, an Obst, Tomaten und Gurken sowie natürlich an die gewünschten Getränke gedacht ist, fehlt nichts mehr, und es kann losgehen:

1. Rostbratwürstchen

Die Würstchen (Bock-, Frankfurter oder Wiener) kaufen Sie frisch am Ort und legen sie so lange auf den heißen, mit etwas Öl bestrichenen Rost, bis sie vom Feuer von allen Seiten braun und durchgebraten sind.



2. Tomateneier

Verquirlte Eier und aufgeschnittene Tomaten werden in Butter in der Pfanne gebraten, bis die Tomaten weich und die Eier gestockt sind. Ein einfaches Gericht, aber draußen gekocht und serviert — eine köstliche Sache! Dazu gibt es frisches Weißbrot.

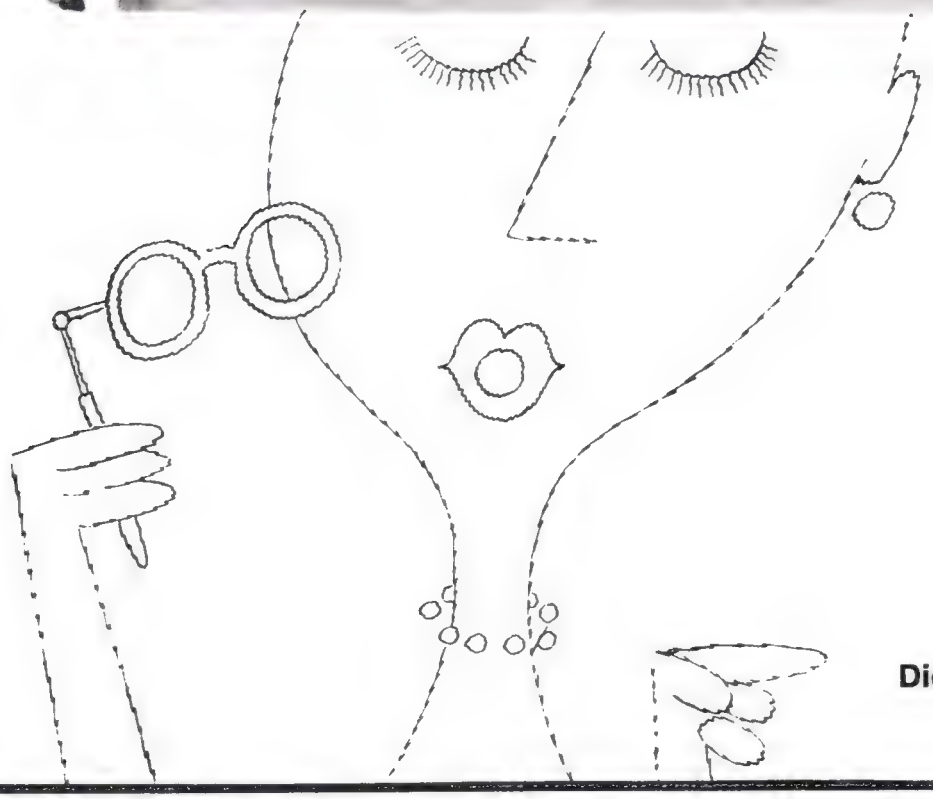
3. Bratkartoffeln und Matjes

Die Kartoffeln müssen schon gekocht sein und können auf dem Grill nur in der Pfanne in Butter gebraten werden. Die Matjesfilets in pikant abgeschmeckter Sahnensoße — die es dazu geben soll — erhalten Sie heute schon auf vielen Campingplätzen am Verkaufsstand. Diese Filets sind fix und fertig zubereitet und im Plastikbeutel luftdicht verpackt. Sie können auch zu Hause Salzheringe kaufen (pro Person einen), die Filets wässern und sie in einer Sahnensoße einlegen. Voraussetzung ist, daß Sie dieses Gericht, das Sie nur im gut verschlossenen Gefäß transportieren, am Tage Ihrer Ankunft noch aufessen.

Möchten Sie gern weitere Campinggerichte kennenlernen? Planen Sie vielleicht einen längeren Ferien-Aufenthalt im Zelt in freier Natur? In der nächsten FÜR SIE geben wir Ihnen – innerhalb unseres großen Rezept-Sonderteils – einen genauen Camping-Speiseplan für drei Wochen Zelturlaub. Sie erfahren, welche Geräte Sie unbedingt mitnehmen sollten und welche Lebensmittel Sie schon daheim besorgen und im Kofferraum des Wagens gut verpackt verstauen können. Das Heft erscheint in 14 Tagen!

Olivenöl

- reines Naturprodukt!



Darüber sind sich die Feinschmecker der ganzen Welt einig: Echtes Olivenöl eignet sich für die Zubereitung von Salaten besonders gut! Das aus sonnengesättigten Früchten gewonnene Olivenöl verwandelt jede Salatplatte in eine leichtverdauliche Delikatesse. Olivenöl gehört in die feine Küche von heute.

CONSEJO OLEICOLA INTERNACIONAL • CONSEIL OLEICOLE INTERNATIONAL • INTERNATIONAL OLIVE OIL COUNCIL

Diese Marke bürgt international für die Reinheit des Olivenöls

Ein Sonnentag in

FLORIDA

im milden Klima dieses Landes, am Meer und im Schatten von Palmen und Orangenbäumen – ist so richtig ein Tag im Paradies. In einem Paradies, das seine Gaben in alle Welt schickt: Citrusfrüchte, sonnenreif und saftig, reich an natürlichem Vitamin C und frisch vom Baum zu aromatischen Säften verarbeitet. Wir können sie jederzeit haben. Flaschen und Dosen mit Orangensaft aus Florida gibt es heute in allen Geschäften.

Floridas paradiesische Gabe: Gespeicherte Sonne aus saftvollen Früchten.

Zeitsparend und preiswert

Rasch gekocht mit Würstchen

Würstchen sind weitaus vielseitiger zu verwenden, als man glaubt: Haben Sie schon einmal eine Bockwurst gebraten oder - umgekehrt - die Füllung einer Bratwurst gekocht? Wie Sie das scheinbar so „simple" Würstchen zu einer Vielzahl von delikaten Gerichten verwenden können, lesen Sie auf den folgenden Seiten.

Hier zunächst eine Auswahl mehrerer milder Wurstsorten (vergleichen Sie auch das nebenstehende Farbfoto), die für warme Mahlzeiten besonders zu empfehlen sind.

1. Brühwurst

Hergestellt aus frischem, magerem Kalb- und Jungrindfleisch sowie fetterem Schweinefleisch, gewürzt und geräuchert. Brühwurst schmeckt nur heiß (zum Brötchen, im Auflauf, in Suppen) und wird gerne mit Senf verzehrt.

2. Sülzwurst

Geräucherte, dann abgekochte Wurst im Kunstdarm (mit Schweinebauchwürfeln, mageren Schinkenstücken und Schulterfleisch), die – in nicht zu dünne Scheiben geschnitten – mit Senf und saurer Gurke, mit Majonäse, mit Remouladen- oder Kräutersoße und Bratkartoffeln ein beliebtes Reste-Essen ergibt.

3. Krakauer Wurst

Mit vielen Trockenkräutern gewürzte, mittelfeine Wurst aus gemischtem Fleisch, die heiß genossen werden muß. Beliebt für Kohl oder Kartoffelsalat, für Eintopfgerichte und Aufläufe.

4. Fleischwurst

Eine helle, aus Rind- und Schweinefleisch zusammengestellte Wurst, die gut abgeschmeckt sein will (Pistazien). Geeignet für Vorgerichte (mit Salaten), als Zugabe zu Nudel- und Gemüsegerichten, kurz überbacken auf Toast und zerschnitten für Aufläufe.

5. Knackwürstchen

Pikant abgeschmeckte, schnell geräucherte Würstchen, die mit magerem Bullen- und Schweinefleisch (das vorher viel Brühe aufsaugt) gestopft sind. Geschätzt als heißer Schnellimbiß, für Aufläufe, als Vorgericht (mit Käse und Speck überbacken) oder gebraten zu Gemüsen und Salaten; gut zu grillen.

6. Bockwurst

Warm geräucherte Wurst, die zu je einem Drittel aus Rind-, Kalb- und feinem Schweinefleisch zusammengesetzt ist. (Oft kommt noch gewürfelter Speck hinzu.) Gewürze: Salz, Pfeffer, Paprika. Verwendung wie Knackwürste.

7. Zervelatwurst

Eine in der Konsistenz mehr trockene als feuchte Mischung aus Speck, Schweinefleisch und 20% Rindfleisch, die scharf abgeschmeckt (auch mit ganzen weißen Pfefferkörnern) und geräuchert wird. Besonders gut für Eintopfgerichte, Toasts und für Aufläufe mit Nudeln und Reis.

8. Weißwurst

Besonders in Süddeutschland beliebte Kochwurst aus Schweinefleisch mit vielen Kräutern und Gewürzen. Pikant mit süßem Senf zu Kartoffelsalat oder Brot.

9. Streichwurst

Aus reinem fetten Schweinefleisch hergestellte und geräucherte Wurst. Sie wird sehr gerne für Füllungen (Kohlrollen und gefüllte Gemüse) mit Ei und den üblichen Zutaten für eine Farce verwendet.

10. Jagdwurst

Gemisch aus feinem und grob-fettem Schweinefleisch, aus Kalb- und Rindfleisch, das im Darm heiß geräuchert und gekocht wird. Verwendung wie Fleischwurst.

Die ausführlichen Rezepte für die fünf leckeren Wurstgerichte auf dem linken Farbbild finden Sie auf Seite 98

KRUPS

Dorette combi

der ideale Mixer mit Elektro-Kaffeemühle

Mixt und mahlt, püriert und zerkleinert
In Sekundenschnelle verarbeitet die neue KRUPS-Dorette combi Mixgetränke, Kindernahrung, Früchte, Nüsse, sogar Kartoffeln und noch vieles andere.

Ein Motor mit großer Leistung
Der extra-starke KRUPS-Spezialmotor gibt der Dorette combi jene ungewöhnliche Durchzugskraft. Der Mixaufsatz aus unzerbrechlichem, hitzebeständigem Kunststoff kann auch kochendheiße Speisen verarbeiten und besitzt im Deckel einen abnehmbaren Einfülltrichter.

Dorette combi kostet komplett als Mixer und Kaffeemühle nur 49 DM

Sekundenschnell die schönsten Köstlichkeiten. Ob Orangen-Flip, Kindernahrung oder Mayonnaise, KRUPS-Dorette combi hilft Kraft, Zeit und Mühe sparen, denn alles geht in Sekunden. Wer sie besitzt, kann Abwechslung in den Speisezettel bringen.

Dorette combi als Kaffeemühle. Einfach den Mixaufsatz abnehmen, den Deckel aufsetzen, und schon ist aus dem Mixer eine robuste Elektro-Kaffeemühle geworden.

KRUPS bringt Freude in den Haushalt

ROBERT KRUPS · SOLINGEN

Rasch gekocht mit Würstchen

Fortsetzung von Seite 95

Für alle heißen Wurstgerichte gilt:

- sie vertragen jede Menge frische, gehackte Kräuter;
- sie sollten möglichst mit grünem oder anderem Rohkostsalat serviert werden;
- sie munden noch einmal so gut, wenn es ein kühles Bier dazu gibt!

1 Schinkenwürstchen mit Nudeln

Zutaten:

250 g Nudeln, 1 kleine Dose Sauerkraut, 1/4 l Rahm, 1 Pfund Schinkenwürstchen, etwas Anbratfett.

Zubereitung:

Kochen Sie die Nudeln in reichlich Salzwasser gar, abgießen, beiseite stellen. Die Würstchen in wenig Fett anbraten und die Dose Sauerkraut öffnen. (Wenn es frisches Kraut gibt, verwenden Sie es — 500 g.) Nun rühren Sie die Nudeln mit dem Sauerkraut und dem Rahm zusammen und geben die Mischung in eine gefettete Auflaufform. Die angebratenen Würstchen legen Sie zuoberst auf die Masse und schieben den Auflauf in den heißen Ofen, in dem er 30 bis 40 Minuten gart und überbacken wird. Den Auflauf können Sie in kürzester Zeit und gut aus Resten herstellen: entweder, wenn Sie Sauerkraut übrigbehalten oder wenn Sie die gekochten Nudeln einer Mittagsmahlzeit nicht aufgegessen haben. An Stelle der Schinkenwürstchen können Sie auch „Landjäger" nehmen. Wenn Sie Mettwurst oder Salami bevorzugen, schneiden Sie sie ohne Pelle in große Würfel, die Sie anbraten und in zwei Schichten in den Auflauf füllen.

Fotos: Pictor Aarons

2 „Hot Dogs" mit Sauerkraut

Zutaten:

50 g Butter, 3/4 Tasse gehackte Zwiebeln, 1 Teel. Kümmel, 1 Dose Sauerkraut (ca. 2 Pfund), 1 Dose Apfelmus (ca. 1 Pfund), 8 Wiener Würstchen, 1/4 Tasse gewürfelte Paprikaschote.

Zubereitung:

Schmelzen Sie die Butter in einem Schmortopf, und dünsten Sie 2/3 der gewiegten Zwiebeln darin hellgelb. Dazu kommen: das Sauerkraut, Kümmel und 1/2 Tasse Apfelmus — alles gut durchmischen. Zuletzt legen Sie die Würstchen auf das Kraut, schließen den Topf und lassen den Inhalt etwa 15 Minuten sachte kochen. Dann auf einer vorgewärmten Platte anrichten, mit den Paprikawürfeln und der restlichen Zwiebelmenge garnieren und zu Tisch geben. Dazu gibt es das übrige Apfelmus — angerichtet in einer gesonderten Schüssel — und, nach Belieben, Kartoffelklöße oder -brei mit brauner Butter.

3 Heißer Salat mit Paprikawürstchen

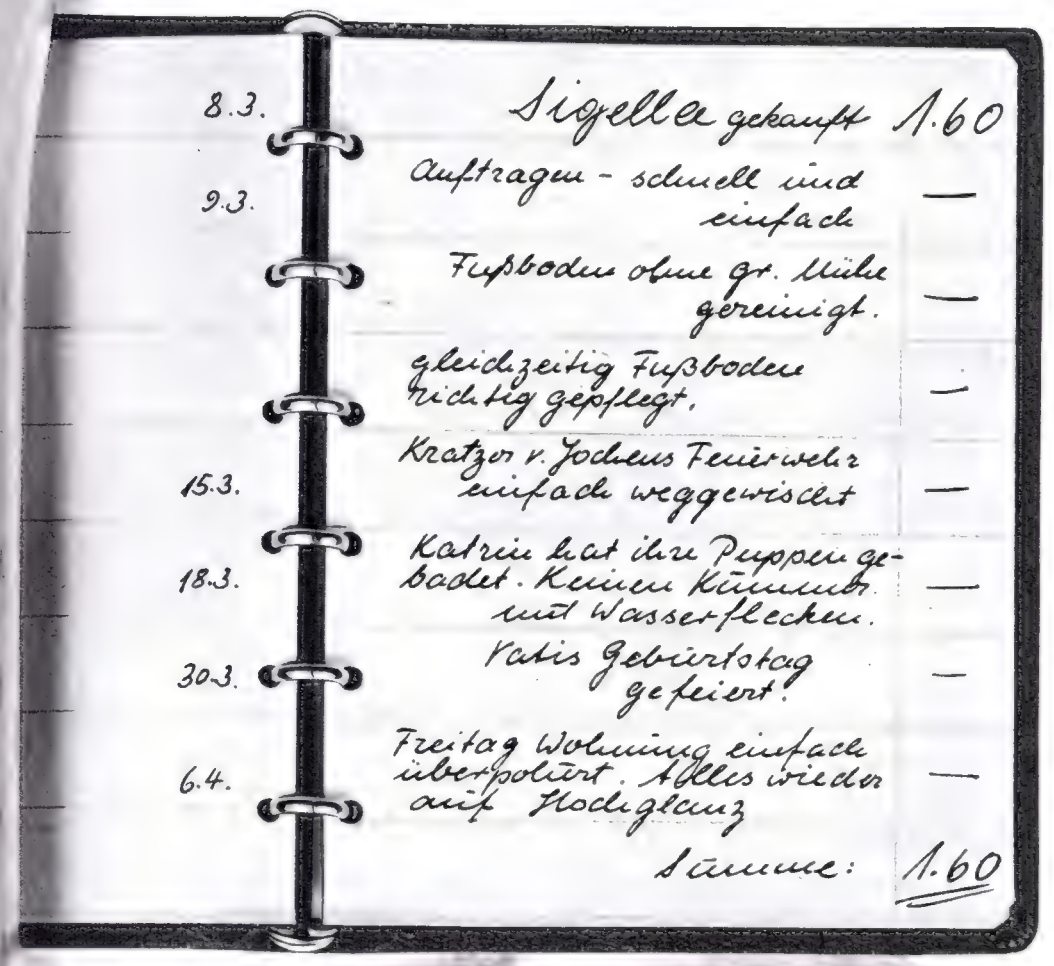
Zutaten:

Pro Person ein bis zwei Bockwürste. Für den Salat: 1500 bis 2000 g Kartoffeln. 4 Scheiben Schinkenspeck, 1/2 Tasse feingehackte Sellerie, 1 Zwiebel, 2 Eßl. Essig, 4 Eßl. Öl, 1/4 Teel. Majoran. Salz, Pfeffer, 2 Teel. gehackte Petersilie.

Zubereitung:

Kochen Sie die Kartoffeln. Inzwischen rösten Sie in einer Pfanne den gewürfelten Schinkenspeck goldbraun und fügen die gehackte Sellerie, die gewürfelte Zwiebel, das Öl, den Essig und Majoran hinzu. Alles unter häufigem Umrühren dünsten. Sobald dann die Kartoffeln gar sind, werden sie gepellt und in Scheiben geschnitten, mit Salz und Pfeffer überstreut, mit Petersilie und dem heißen Pfanneninhalt gut gemischt. Die Würstchen schneiden Sie mehrmals ein, überpinseln sie dünn mit Öl, in dem Sie vorher Paprikapuder gut verrührt haben, und grillen sie 4 bis 5 Minuten auf jeder Seite (nicht zu hoch einschieben). Wenn Sie keinen Grill im Ofen haben, braten Sie die Würstchen auf der Pfanne.

Fortsetzung auf Seite 98



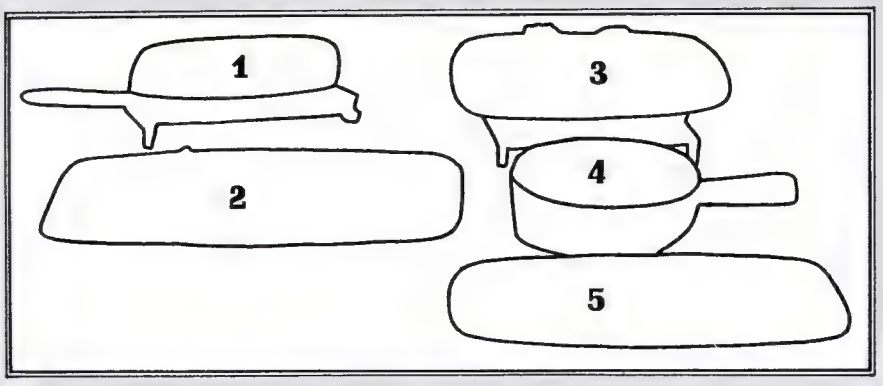
...lieber gleich Sigella

weil es reinigt, glänzt und pflegt!

SG 03

Fortsetzung von Seite 96

Die in unsere Skizze eingesetzten Zahlen bezeichnen die Wurstgerichte des Farbbildes auf Seite 94. Hier finden Sie die Rezepte dazu:



1 Cocktail-Spiegel

Zutaten:

8 bis 10 kleine Knackwürste (Cocktail-), 1 Dose Erbsen (ca. 1000 g), Salz und Pfeffer, 4 Eier, etwas Butter.

Zubereitung:

Fetten Sie eine feuerfeste Form gut aus, und belegen Sie ihren Boden mit den Erbsen, von denen Sie die Flüssigkeit abgegossen haben. Die kleinen Würstchen legen Sie darauf, und zwar in Form eines Fensters mit vier freien Karos, in welche Sie je ein rohes Ei schlagen. Die Eier bestreuen Sie mit Salz und Pfeffer, die Würstchen bepinseln Sie mit etwas geschmolzener Butter. In den vorgeheizten Backofen schieben und so lange darin lassen, bis das Eiweiß geronnen und alles heiß ist. Dieser Auflauf läßt sich ausgezeichnet anbieten, wenn man Gäste hat. Dazu paßt grüner oder Tomatensalat.

2 Bratwürste auf Kohl

Zutaten:

8 kleine oder 4 größere Bratwürste, Bratfett, 1 Weißkohl (750 bis 1000 g), Salz, 1 Teel. Kümmel, 1/4 l saurer Rahm.

Zubereitung:

Schneiden Sie den Weißkohl in feine Streifen, waschen Sie ihn kurz und kochen Sie ihn in wenig Salzwasser gar. Lassen Sie ihn jedoch nicht zu weich werden! Den Kümmel fügen Sie hinzu. Inzwischen haben Sie die Bratwürste in kochendes Wasser gegeben und sie darin — nicht mehr kochend — ziehen lassen. Nachdem Sie die Würstchen aus dem Brühwasser genommen haben, schneiden Sie sie im Zickzack ein, braten sie im heißen Fett von allen Seiten braun und richten sie auf dem Kohl — den Sie schnell durch die Zugabe von saurem Rahm noch verfeinern — an. Dazu gibt es Kartoffeln. An Stelle des Kohls können Sie die Bratwürste auf körnigem Maisgemüse servieren. Sie erhalten es — schon vorgegart — in Dosen und brauchen es nur noch in Butter zu schwenken und zu erhitzen.

3 Gefüllte Zwiebeln

Zutaten:

4 große Zwiebeln, 1 Bratwurst (80 bis 100 g), etwas Butter, 1/8 l Dosenmilch oder Sahne, reichlich geriebener Käse.

Zubereitung:

Schälen Sie die Zwiebeln, kochen Sie sie in Wasser halbgar. Nun schneiden Sie den oberen Deckel ab und höhlen die Zwiebel aus. Die Deckel und das Herausgeschnittene hacken Sie fein und mischen es mit dem Inneren der Bratwurst zu einem

Ah, ein frisches Sommerkleid. Frischgesteift mit UHU-line. Herrlich ist das! Sieht gut aus, hat sich spielend leicht bügeln lassen und wird lange sauber bleiben, denn UHU-line macht Gewebe schmutzabweisend. Die Falten sitzen, alles ist adrett. Und wie angenehm frisch das duftet! Am liebsten möchte man's sofort anziehen, um sich gleich unbeschreiblich wohlzufühlen. Ja – ob Wäsche oder Kleidung: alles wird schöner durch UHU-line.

Moderne Elastik-Steife pflegt, verschönt, hält flott in Form. DM 1,– / 1,60. Die große Sparflasche kostet nur DM 4,50.

UHU-line

schenkt neue Freude an Kleidung und Wäsche

La 814

Teig, mit dem Sie die Zwiebeln füllen. Buttern Sie eine Auflaufform aus, stellen Sie die Zwiebeln hinein und überstreuen sie mit dem geriebenen Käse. In den vorgeheizten Ofen schieben und ungefähr 15 Minuten überbacken und garen. In dieser Zeit begießen Sie die Zwiebeln mit der Dosenmilch; so erhalten Sie eine feine Soße. Dazu servieren Sie Kartoffelbrei und Salat.

4 Knackwurst im Eierteig

Zutaten:

6 Eier, 6 Teel. Rahm oder Dosenmilch, 1½ Teel. Butter, 2×3 Teel. geriebener Käse, 4 Knackwürste, etwas Senf.

Zubereitung:

Lassen Sie in einer feuerfesten Form die Butter schmelzen. Geben Sie die mit dem Rahm und dem geriebenen Käse verquirlten Eier darüber, und lassen Sie die Masse auf kleiner Flamme langsam stocken. Häufig umrühren, so daß die Eier gleichmäßig erstarren. Die Knackwurst teilen Sie in längliche Stücke und schneiden jedes Stück für sich an beiden Enden kreuzweise ein. Betupfen Sie die eingeschnittenen Enden mit ein wenig Senf und stecken Sie die Wurststücke in die Rührelmasse. Alles bestreuen Sie wiederum mit geriebenem Käse und überbacken den Auflauf im vorgeheizten Ofen, bis er goldbraun ist. Statt der Eimasse können Sie auch Kartoffelbrei verwenden. Ein Rohkost- oder grüner Salat und eine Scheibe frisches Weißbrot schmecken gut dazu.

5 Überbackene Wurstkartoffeln

Zutaten:

300 g Jagdwurst im Stück, 600 g Kartoffeln, 3 Tomaten, 1 Teel. Butter, 3 gestrichene Teel. Senf, ⅛ l Sahne, 3 Teel. geriebener Meerrettich aus der Tube, 3 Teel. Dill, Salz.

Zubereitung:

Schälen Sie die rohen Kartoffeln, schneiden Sie sie in Scheiben, und bedecken Sie damit den Boden einer ausgebutterten Auflaufform. Salz darüber streuen und nun die gepellte und dann in recht dicke Scheiben geschnittene Wurst sowie die Tomatenscheiben darüber schichten. Die Sahne verrühren Sie mit dem Senf und der Meerrettichcreme zu einer Soße, die Sie über den Auflauf gießen. Bedecken Sie die Masse mit einer Aluminium-Haushaltsfolie oder einem Deckel und schieben Sie die Form in den vorgeheizten Ofen. Bei Mittelhitze backen, bis die Kartoffeln weich sind. Kurz vor dem Anrichten gehackten Dill überstreuen und zusammen mit grünem Salat servieren.

Hier noch ein Rezept, mit dem Sie das schon bekannte, doch stets beliebte „Salat - und - Würstchen" - Gericht auf originelle Weise variieren können. Zudem lassen sich die Zutaten dafür großenteils vorher kochen und abschmekken – ein Vorteil, wenn Gäste kommen.

Alles auf einer Platte

Zutaten für 8 Personen:

16 kleine Bockwürste, 1 Chicorée. 750 bis 1000 g Kartoffeln, 1 kg-Dose grüne Bohnen, 3 Zwiebeln, 1 Glas gefüllte Oliven. Für die Marinade: 8 Eßl. Olivenöl, 8 Eßl. heißes Wasser (Bohnenflüssigkeit), 4 Eßl. Essig, 1 Teel. Salz, 1 Teel. Pfeffer.

Zubereitung:

Kochen Sie die Kartoffeln, pellen Sie sie und schneiden Sie sie in Scheiben. Die Büchse mit den Bohnen öffnen Sie und gießen die Flüssigkeit ab (nicht wegschütten). Die Zwiebeln werden gehackt, die Oliven in Scheiben geschnitten. Alles zusammen mischen Sie mit der Marinade aus den oben genannten Zutaten und lassen es darin durchziehen. Sollten die Kartoffeln allzuviel Flüssigkeit aufsaugen, so daß der Salat zu trocken wird, geben Sie noch etwas von dem Bohnensaft dazu, den Sie aber dann mit Salz und Pfeffer gut nachschmecken müssen. (Der Salat wird sonst zu flau im Geschmack.) Die Chicoréestaude zerpflücken Sie in einzelne Blätter, die Sie waschen und abtropfen lassen. Angerichtet wird so: Den Salat in eine große Schüssel füllen, in der Mitte eine Öffnung lassen. Dahinein die Chicoréeblätter aufrecht stellen und dazwischen die heißen Würstchen, die Sie erst kurz vor dem Essen grillen oder in der Pfanne braten.

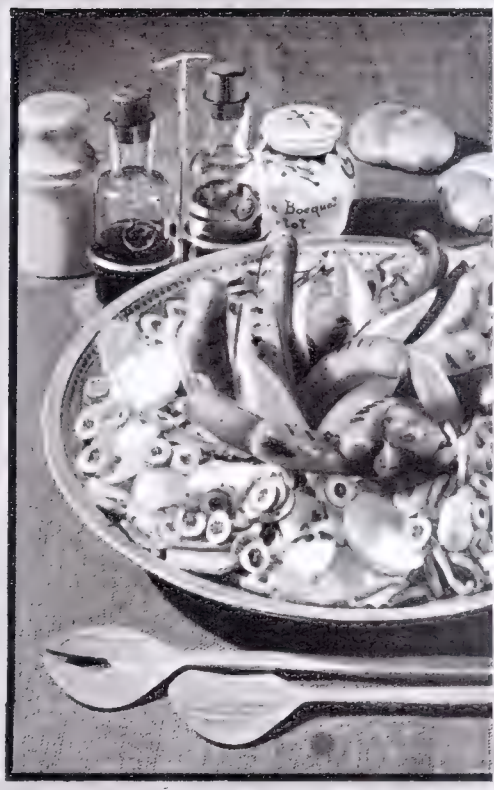


Foto: Lutetia

Bekommt auch Ihr Baby Vollwertkost?

Ihr Baby soll fröhlich essen und gesund heranwachsen! Darum ist Vollwertkost unerläßlich. Glücksklee-Vollwertkost, die neue tellerfertige Babynahrung, wird nur aus allerfeinsten und absolut frischen Zutaten hergestellt. Vollwertkost garantiert Ihrem Baby glückliches Gedeihen, weil sie zu jeder Jahreszeit Gewähr gibt für gleichmäßig hochklassige Ernährung.

Glücksklee-Vollwertkost – fertig fürs Tellerchen

* schon für Babys ab 6 Wochen
* nur aus gartenfrischem Gemüse, sonnengereiftem Obst oder hochwertigem Fleisch zubereitet
* enthält mehr Vitamine als selbstgekochte Babymahlzeiten
* 10 Sorten, ganz nach Babys Geschmack
* ganz, ganz leicht verdaulich

75 Pf und 85 Pf unverb. Richtpr.

Sie erhalten
das reich illustrierte Büchlein
„DAS ERSTE ALBUM"
gegen Einsendung dieses Kupons von der Glücksklee, Hamburg, Abt. 45

Glücksklee Babynahrung – wahre Vollwertkost

GB 111

SIEMENS

Der neue Siemens-Herd läßt alles gut gelingen

Kochen ohne Risiko
auf der Siemens-Automatic-Platte
Automatisch wird die Temperatur geregelt – vom milden Wärmen bis zum scharfen Braten. Nichts läuft mehr über, nichts brennt mehr an – alles gelingt. Und die wertvollen Vitamine, die Würze, das Aroma bleiben erhalten.

Pünktlich auf die Minute
mit dem automatischen Zeitschalter
Ob Sie dabei sind oder nicht – jedes Gericht, die ganze Mahlzeit wird pünktlich fertig. Mit dem 12-Stunden-Zeitschalter können Sie im voraus bestimmen, wann die Automatic-Platte oder der Breitraum-Backofen ein- und ausgeschaltet werden soll.

Übersicht mit einem Blick
durch Leuchtpult und Backofenfenster
Leichte Bedienung, einfache Kontrolle, bequeme Übersicht – Sie sehen auf dem Leuchtpult, was in Ihrem Siemens-Herd geschieht. Und Sie sehen durch das Backofenfenster, wie goldbraun der Kuchen, wie knusprig der Braten wird.

SEH 398a

Gutschein für ein Rezeptheft »Kochen macht Spaß«

Senden Sie bitte diesen Gutschein im Briefumschlag als Drucksache (7-Pf-Porto) an:

Name
Wohnort
Straße

SIEMENS-ELECTROGERÄTE AKTIENGESELLSCHAFT · HWA13 · München 1 · Oskar-von-Miller-Ring 18

Wir denken schon an morgen

4. Folge

Geräte für die Küche

In der letzten Folge unserer Aussteuer-Serie zeigen wir Ihnen heute, welche Gebrauchsgeräte in einem jungen Haushalt vorhanden sein müssen und sagen Ihnen auch, wieviel Sie für diese Grundanschaffung zu bezahlen haben.

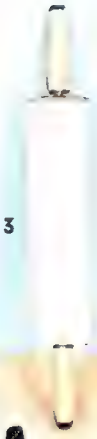
Hier die Artikel des Farbbildes von nebenan:

1 Brotkasten, farbig 19,50 DM
2 Durchschlag, Plastik 1,60 DM
3 Teigrolle, Plastik 4,20 DM
4 Kunststoff-Tablett 12,— DM
5 Haarsieb, 3,70 DM
6 Mülleimer aus Plastik, 9,40 DM
7 Stieltopf, Stahl, 16,95 DM
8 Wasserkessel, 23,40 DM
9 Stahlpfanne, emailliert 25,— DM
10 Kochtopf, emailliert 20,70 DM
11 Plastik-Schüssel, 3,60 DM
12 Springform, 4,80 DM
13 1 Satz Schüsseln, 11,— DM
14 Milchtopf, 3,50 DM
15 Meßbecher, 1,95 DM
16 Kuchenrost, 1,— DM
17 4 Küchengeräte à 1,95 DM
18 Universalreibe, 3,25 DM
19 Mehlsieb, 2,50 DM
20 Jenaerglas-Auflaufform, 8,40 DM
21 Zitronenpresse, Plastik, 1,65 DM
22 Brotmesser, 6,50 DM
23 Großes Holzbrett, 4,30 DM
24 1 Satz Holzlöffel, 2,10 DM
25 Schneebesen, 2,40 DM
26 rundes Holzbrett, 1,15 DM
27 Abwaschlappen, —,45 DM
28 Abwaschbürste, 1,90 DM
29 Flaschenbürste, 1,— DM
30 Dosenöffner, 1,— DM
31 Universalöffner, 2,25 DM
32 Quirli, 2,95 DM
33 Sparschäler, 2,75 DM
34 Kaffeesieb, —,95 DM
35 Küchenmesser, 1,45 DM
36 Tomatenmesser, 1,75 DM
37 Küchenbesteck, 4-teilig, 3,35 DM

Fortsetzung auf Seite 102

1

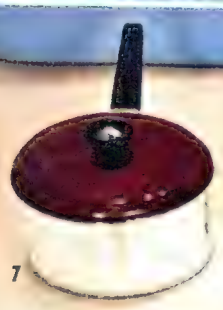
2

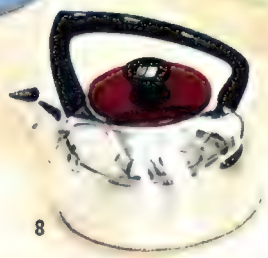

3

4

5

6

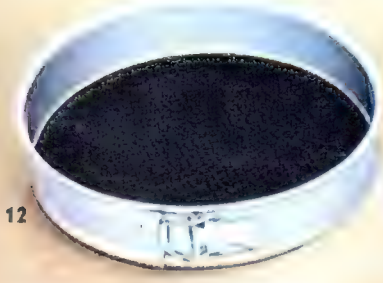

7


8

9

10

11


12

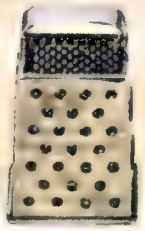
13

14

15

16

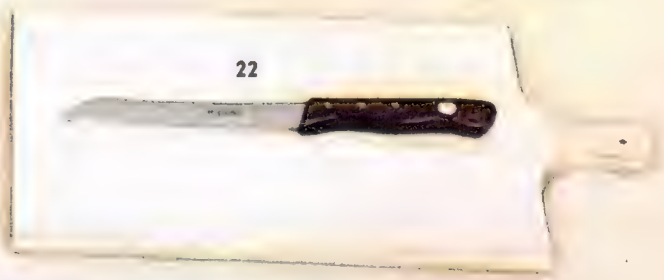
17


18

19

20

21


22
23

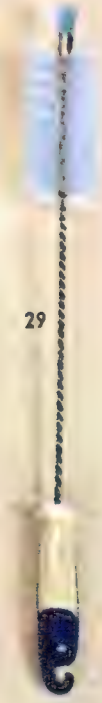
24

25

26

27

28

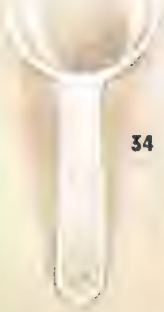

29

30

31

32

33


34

35
36

37

Wer eine Mutti hat wie ich ...

der kann sich wirklich glücklich schätzen. Ja, gut dran sind alle Babys mit modernen Müttern, die für das Wohlergehen ihres Lieblings den Fortschritt der Wissenschaft nützen. Auch die Johnson-Babypflege ist ein Erfolg neuer Erkenntnisse. Hier nur ein Beispiel dafür, wie gut sie ist: Schon hauchdünn aufgetragen schützt die Johnson-Baby-Creme sicher und zuverlässig. Sie läßt Babys empfindlicher Haut die Luft zum Atmen und verschmiert die Windeln nicht. So modern kann Babypflege heute sein durch „Die guten Vier von Johnson"!

Baby Puder ab DM –,75 · Baby Creme ab DM 1,– · Baby Oel ab DM 1,95 · Baby Seife DM 1,20

Johnson's
baby pflege

Johnson & Johnson

Wir denken schon

4. Folge

Geräte für den Haushalt

Hier sehen Sie die wichtigsten Arbeitsgeräte, die Sie in Ihrem Haushalt fürs erste benötigen:

Ein Schrubber mit eingeschraubtem Stiel kostet etwa 3,85 DM

Handfeger mit Müllschaufel aus Plastik dazu: 4,35 DM

Roßhaarbesen mit Aufhängevorrichtung und eingeschraubtem Stiel: 7,40 DM

Einen Plastikwäschekorb für die kleine Wäsche bekommen Sie für 7,50 DM

Der elektrische Leichtbügler mit Temperaturregler kostet 34,80 DM

Ein Ärmelbrett: 4,20 DM

Wäscheklammern mit Körbchen und 30 Meter Perlon-Wäscheleine bekommen Sie für 4,75 DM

Ein zusammenklappbarer Bügeltisch: 29,70 DM

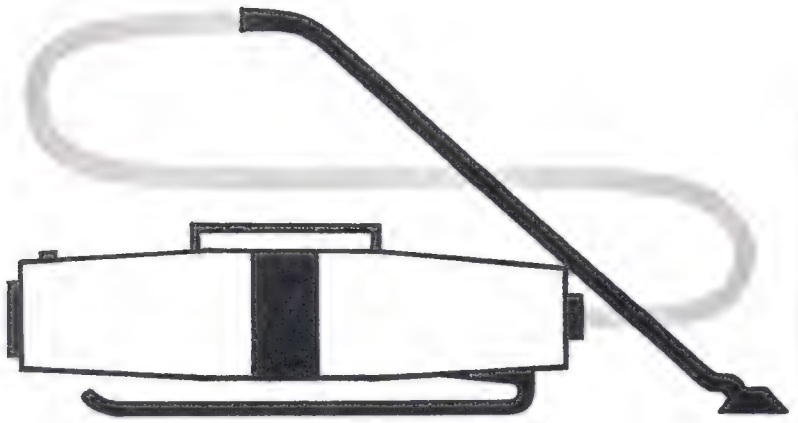
Plastikeimer, Scheuertücher und Fensterleder kosten etwa 6,– DM

Alle Geräte von Seite 101 und 102 stellte uns die Fa. Lohmann, Hbg., freundlicherweise zum Fotografieren zur Verfügung. Fotos: Klaus Lehrle

an morgen

Fortsetzung von Seite 101

Um Ihren Haushalt zu vervollständigen, sollten als weitere Anschaffungen auf Ihrer Wunschliste vorgemerkt werden:
Elektrische Kaffeemühle, Brotmaschine, Toaster, Küchenwaage, Entsafter, Einkochgerät, Expreßkocher, Fleischwolf, Mixgerät.
Diese praktischen Geräte sind gar nicht so kostspielig und werden zum Teil vielleicht von wohlgesonnenen Freunden oder Verwandten bereits zur Hochzeit geschenkt. Größere Ausgaben verursachen dann allerdings ein Staubsauger und ein Kühlschrank, die erst dann angeschafft werden können, wenn Sie die benötigte Geldsumme gespart haben. Von Ihren Räumlichkeiten und den finanziellen Möglichkeiten wird es abhängen, ob Sie auch noch eine Waschmaschine, eine Zentrifuge oder sogar ein Bügelgerät für Ihr Heim anschaffen.



So schmeckt richtiger Kakao

Bensdorp-Kakao - das heißt volles Kakao-Aroma. Runder Kakaogeschmack... Wohlgeschmack, der sich durch nichts ersetzen läßt - das ist Bensdorp-Kakao. Er paßt zu den reinen und gesunden Sachen, die wir heute gerne essen. Versuchen Sie - genießen Sie: runder Kakaogeschmack - köstlicher Bensdorp-Kakao!

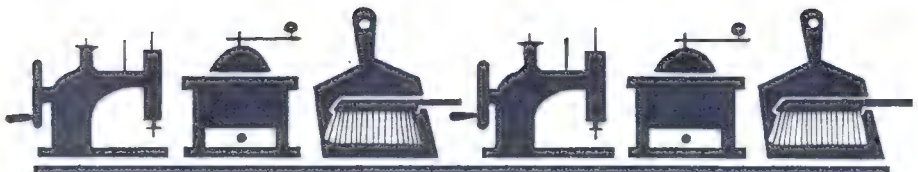
Schnell eine Tasse BENSDORP

Einfach anrühren, mit Milch oder Wasser heiß aufgießen - der volle Wohlgeschmack erschließt sich ohne Aufkochen.

*

Bensdorp-Kakao ist gesund und belastet nicht - geben Sie ihm einen Stammplatz auf dem Familientisch!

Bensdorp runder Kakaogeschmack - reiner Kakaogenuss



Erfahrungen, die andere machten

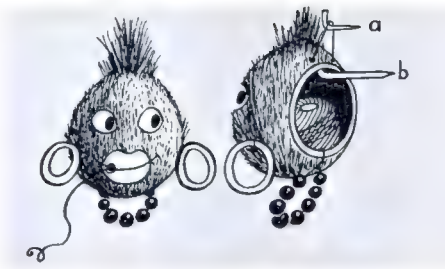
Ein ideales Autotuch

Sind Sie selbst Autofahrerin? Wenn nicht, so helfen Sie mit meinem Tip allen, die ein Auto lenken. Wie oft ärgert man sich doch über beschlagene Fensterscheiben, besonders, wenn mehrere Personen im Wagen sitzen. Ich habe das Problem auf ganz einfache Weise gelöst: Ich nehme einen nicht fusselnden Lappen und lasse ihn eine halbe Stunde lang in einer starken Waschlauge (etwa 3 Eßl. Feinwaschpulver auf ½ l warmes Wasser) liegen. Anschließend hänge ich das Tuch unausgewrungen zum Trocknen auf. Dieses „Wundertuch" verhindert nach einmaligem Abreiben das lästige Beschlagen der Scheiben während der Fahrt. Versuchen Sie es doch auch einmal! Sicherlich gefällt Ihnen mein Tip.

L. Ahrenshop

Ein Schnurbehälter für Mutti

Meine Mutter ist eine leidenschaftliche Strickerin, doch mit den Wollknäueln lebt sie stets auf Kriegsfuß, weil sie sich immerfort im Zimmer herumringeln und dadurch unansehnlich werden. Ich habe ihr jetzt einen sehr hübschen und praktischen Schnurbehälter gebastelt. Man braucht dazu: eine Kokosnußschale, zwei Vorhangringe, zwei Haken und ein paar Holz- oder Glasperlen auf einer Schnur. Die Kokosnuß wird auf der einen Seite vorsichtig kreisrund ausgebohrt, so daß bequem ein Wollknäuel hineingeschoben werden kann. Dort, wo Augen und Mund aufgemalt werden sollen, reibt man die Schale mit Glaspapier ab und färbt diese Stelle knallrot für den Mund (darf nicht abfärben) und



weiß mit schwarzen Pupillen für die Augen. Der Mund bekommt ein kleines rundes Loch, aus dem dann später der Faden austritt. Nun werden die beiden blanken Vorhangringe und die Perlenkette befestigt. Aufgehängt wird der lustige Behälter, wie die Skizze zeigt, an zwei Haken.

D. Gaus

AUS DEM HAUSE MILKANA

Das ist echter, herzhafter Käsegenuß

Neu! MILKANA in Scheiben

Entdecken Sie das Herz edler Käsesorten in Milkana!

Unter fachkundigen Augen reifen in den Milkana-Kellern edle Käsesorten heran. So entsteht der besondere Geschmack, den Kenner als das Herz des Käses bezeichnen.

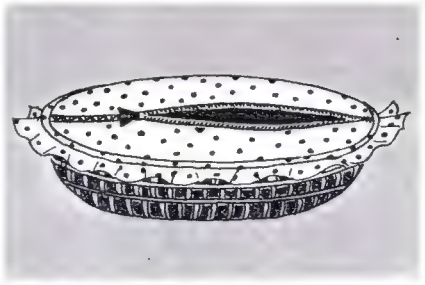
Deshalb sollten Sie unbedingt einmal Milkana in Scheiben probieren. Immer appetitlich, immer frisch - ein herzhafter Genuß!

Emmentaler
mit dem typischen Nußgeschmack

Chester
in der traditionellen englischen Art

M 1/62

Ein Mützchen für den Brotkorb



Für meinen Brotkorb habe ich eine ideale Verkleidung erfunden, die mir hilft, frisch getoastete Weißbrotscheiben warm zu halten und übriggebliebene Brotscheiben am Trocknen und Verstauben zu hindern. Ein Restchen buntes Leinen schnitt ich nach der Oberfläche des Korbes zu (mit einem Zentimeter Zugabe!) und nähte links auf den äußeren Rand einen Schrägstreifen, durch den später ein Gummiband gezogen wurde. Von dem restlichen Stoff fertigte ich ein kleines Rüschchen, das ich außen anbrachte. Nun schnitt ich den Überzug der Länge nach auf (bis an den Schrägstreifen heran) und nähte den Reißverschluß ein (siehe Zeichnung). Habe ich frischgetoastetes Brot, frühstücken wir einmal auf dem leider recht staubigen Balkon, schwupp, hat mein Körbchen sein Mützchen auf, und wir brauchen nur den Reißverschluß aufzuziehen, um einzelne Schnitten zu entnehmen.

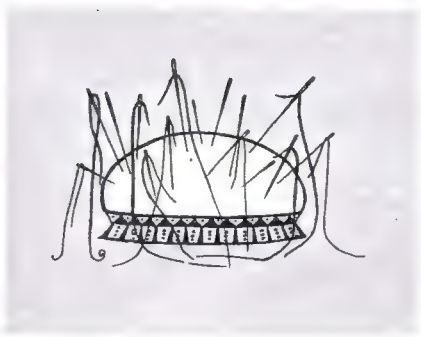
H. Kannenberg

Bequemes Wäscheeinsprengen

Da wir sehr beengt wohnen, fehlte mir immer ein ausreichender Platz zum Wäscheeinsprengen. Endlich kam mir eine Idee, die vielleicht auch Ihnen gefällt. Ich nehme jetzt den Wäscheeinsprenger gleich mit auf den Boden oder auf den Wäscheplatz nach draußen und sprenge die trockene Wäsche, bevor sie abgenommen wird, gleichmäßig ein. Es ist doch so, daß man meistens den richtigen Zeitpunkt nicht erwischt, die Wäsche abzunehmen, wenn sie gerade noch genügend feucht ist, zumal die einzelnen Wäschestücke ja auch verschieden lange trocknen.

A. Deichen

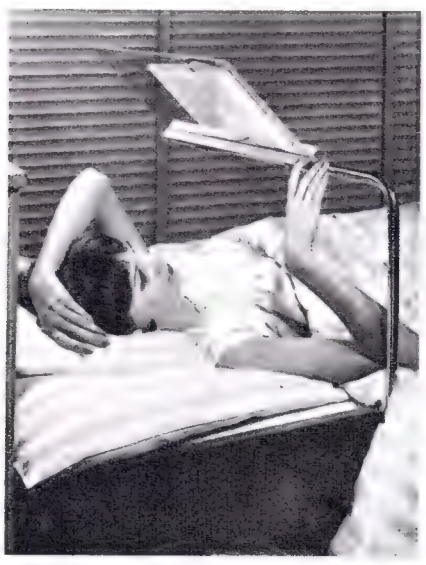
Eingefädelte Nadeln stets zur Hand



Oft springt während des Ankleidens ein Knopf ab, oder ein anderer kleiner Schaden entsteht. Da ist es sehr angenehm, wenn man stets einige eingefädelte Nadeln bei der Hand hat. Ältere Leute sind oft geschworene Feinde des Einfädelns und werden es dankbar anerkennen, wenn Kinder oder Enkelkinder ihnen diese Arbeit abnehmen. Als Kinder mußten wir unserer Großmutter des öfteren einige Nadeln mit weißem und schwarzem Garn nähfertig machen. Große Freude erregten wir einmal mit einem selbstgefertigten Nadelkissen, an dem an die 30 Näh- und Stopfnadeln verschiedener Stärke und Länge mit ihren hübsch sortierten Fäden steckten. Dies sei allen Kindern zur Nachahmung empfohlen, die oft nicht wissen, was sie der Mutti oder Oma zu besonderen Anlässen schenken sollen.

I. Bader

Praktisches Bettlesegerät



Meine große Leidenschaft ist das Lesen im Bett. Doch meistens bekam ich vom ständigen Halten des manchmal recht schweren Buches nach kurzer Zeit steife und schmerzende Arme. Bis ich vor einigen Jahren eine tolle Idee hatte, die ich wenig später sogar patentieren ließ: ich bastelte mir ein perfektes Bettlesegerät, das darüberhinaus auch noch anderen Zwecken (besonders im Krankheitsfalle) dienen kann. Hier sehen Sie ein Foto, das meine Erfindung zeigt: Eine randlose Kunstglasplatte übernimmt nun das ermüdende Halten der Lektüre. Will man schlafen, schiebt man den verchromten Haltearm, der mit einem kleinen Fußschaft an der Innenseite der Bettseitenwand befestigt ist, einfach beiseite. Außerdem kann die Glasplatte mit einem Griff waagerecht gestellt werden und ergibt dadurch ein Bett-Tischchen. Schräg nach vorn gedreht kann man statt der Lektüre einen Handspiegel auflegen und behält beide Hände für die Gesichtspflege frei. Nach hinten gestellt, kann die Platte außerdem auch noch als Schreibpult verwendet werden. Meine Erfindung nennt sich „Würzburger Bettlesegerät" und ist überall im Handel erhältlich.

E. Munz

Es liegt am Wasser -

wenn Sie mit Ihrem Waschergebnis noch nicht ganz zufrieden sind, obwohl Sie doch ein gutes Waschmittel benutzen. Denn Leitungswasser enthält Stoffe, wie z. B. Kalk, die beim Wäschewaschen Nachteile bringen. Deshalb ist CALGON so wichtig! CALGON bindet alle störenden Stoffe und macht das Wasser weich und waschgerecht. Die Härtebildner im Leitungswasser werden ausgeschaltet und können nicht mehr die hohe Waschkraft Ihres Waschmittels schmälern. Das Waschergebnis wird gesteigert, die Wäsche wird weiß und weich — auch ältere, vergraute Stücke. Und wenn Sie Ihre Frottiertücher einmal kritisch prüfen, spüren Sie deutlich, wie saugfähig die Wäsche wird. Denn beim Spülen entfernt CALGON alle Schmutz- und Waschmittelrückstände restlos aus dem Gewebe. Es lohnt sich wirklich, bei jeder Wäsche an CALGON zu denken. CALGON — das Spezialmittel für die vollendete Pflege von Waschmaschine und Wäsche.

CALGON gehört zum Wäschewaschen!

calgon®

Unverbindlicher Richtpreis:

100 g Portionspackung	DM —,85
500 g Packung	DM 3,25
5 kg Eimer	DM 21,—

500 g CALGON reichen für ca. 15-20 Wasch- oder Spülgänge.

CALGON ist auch in Holland, Luxemburg, Belgien, Frankreich, Österreich und in der Schweiz erhältlich, in Italien unter dem Namen CALFORT.

JOH. A. BENCKISER GMBH · LUDWIGSHAFEN/RHEIN

beneidenswert schlank

Schlankheit wirkt
elegant und anziehend –
Schlanksein macht Sie elastischer.
Nicht durch schwächendes Fasten,
sondern auf viel natürlichere Art
können Sie Ihre schlanke Linie erhalten
oder Ihr Normalgewicht zurückgewinnen:
durch eine Kur mit
SCHLANKHEITSKÖRNCHEN
»HEUMANN«
Sie bauen überflüssige Fettpolster
behutsam ab und entschlacken
auf angenehme Art;
die Darmträgheit wird auf natürliche
Weise reguliert und im Körper
aufgespeicherte und die Gewebe
belastende Flüssigkeitsmengen
ausgeschwemmt.
Die leicht einzunehmende Form
und die individuelle
Dosierungsmöglichkeit
sind weitere Vorteile von

Schlankheitskörnchen
HEUMANN

in der bekannten Goldpackung,
ein überwiegend pflanzliches,
vollkommen unschädliches
Schlankheitsmittel

HEUMANN Heilmittel

Packungen mit 120g DM 3.60 – Nur in Apotheken

Sprechstunde des Herzens

Unser Leben ist oft voller persönlicher Probleme. Wenn Sie hilfreichen Rat von einer Frau haben möchten, der Sie Ihr ganzes Vertrauen schenken dürfen, dann schreiben Sie mir bitte: „Frau Ursula, Redaktion FÜR SIE, Hamburg 39, Poßmoorweg 1". Unsere Leser in Österreich bitten wir, an das Wiener FÜR SIE-Büro, Wien 127, Postschließfach 50, zu schreiben. Und vergessen Sie bitte nicht, Rückporto für eine persönliche Antwort beizulegen, da nur ein kleiner Teil der Briefe veröffentlicht werden kann. Diskretion ist in jedem Fall selbstverständlich.

Mit 58 heiraten?

Liebe Frau Ursula, seit mehreren Jahren bin ich mit einem Rentner (66) auf kameradschaftlicher Basis befreundet. Ich bin 58 Jahre alt und berufstätig. Da wir beide ohne Angehörige sind, haben wir uns eng aneinander angeschlossen. Wir müssen auf vieles verzichten, weil unsere möblierten Zimmer viel Geld kosten. Jetzt könnten wir eine gemeinsame Wohnung bekommen, wenn wir heirateten. Materiell würde diese Lösung eine große Erleichterung bedeuten. Ich weiß aber nicht, ob ich mich zu einer Heirat entschließen soll, denn ich habe viel an meinem Bekannten auszusetzen, und ich fürchte, daß eine Wohngemeinschaft nicht gut ausgehen wird. Soll ich diesen Schritt trotzdem wagen, um dem Untermieterdasein zu entfliehen?

M. S. in K.

Eine Ehe oder Wohngemeinschaft mit Ihrem Bekannten wird nur dann harmonisch verlaufen, wenn Sie toleranter gegenüber den Fehlern dieses Mannes werden. Wenn es Ihnen nicht gelingt, mit Güte, Geduld und Humor über einiges hinwegzusehen, dann sollten Sie lieber allein bleiben. Sie könnten sonst durch die in einer Wohngemeinschaft vielfältig auftretenden Reibungsmöglichkeiten den einzigen Menschen verlieren, der Ihnen jetzt nahesteht. Und das wäre doch schade.

Das „Traumbild"

Liebe Frau Ursula, ich bin 23 Jahre alt und habe einen Freund, der mich gern heiraten möchte. Ich liebe jedoch nicht ihn, sondern einen anderen jungen Mann, der aber nichts davon weiß. Ich habe ihm schon anonyme Briefe geschrieben aus dem Gefühl heraus, daß er wissen muß, daß es einen Menschen gibt, der ihn liebt. Wird es Zweck haben, auf eine passende Gelegenheit zu warten? Oder soll ich versuchen, diesen Mann zu vergessen?

E. I. in D.

Vermutlich sind schon einige Ihrer Freundinnen und Kolleginnen verheiratet, und nun glauben Sie, es sei an der Zeit, daß auch Sie so schnell wie möglich einen Mann finden müssen. Sie sind 23 Jahre jung und eben erst im Begriff, Menschenkenntnis zu sammeln und sich darüber klar zu werden, welcher Männertyp eigentlich „der richtige" für Sie sein könnte. Da Sie wirkliche Liebe für Ihren Freund nicht empfinden, sollten Sie es hier bei einer guten Kameradschaft bleiben lassen, Zurückhaltung üben und keine feste Bindung eingehen. Zu einer Lebensgemeinschaft gehört mehr als nur gutwilliges Gernhaben. Die Schwärmerei für den Unbekannten — denn er ist ja ein unbekannter Mensch für Sie, da Sie noch keine Gelegenheit hatten, mit ihm zu sprechen — erkläre ich mir aus der unbefriedigenden Beziehung zu Ihrem jetzigen Freund. Alle Eigenschaften, die Sie bei ihm vermissen, dichten Sie Ihrem Traumbild an. Anonyme Briefe an dieses „Traumbild" führen zu nichts.

Erfolgreich stets mit K2r

wenn man es richtig angewandt – der Fleck ist weg ganz ohne Rand

K2r – meistgekauft in aller Welt • K2r-Fleckenpaste ab DM 1.– • K2r-Fleckenspray ab DM 5.40

Der Schulfreund

Liebe Frau Ursula, ich bin 14 Jahre alt und jetzt das letzte Jahr in der Schule. Ein Junge aus der Parallelklasse interessiert sich für mich, d. h. er bringt mich öfter nach Hause, und neulich wollte er einmal mit mir ins Kino gehen. Darf ich in meinem Alter schon einen Schulfreund haben? Wie muß ich mich ihm gegenüber verhalten?
E. T. in O.

Wenn Du unter einem Schulfreund einen Jungen verstehst, der Dich auf dem Schulweg begleitet, dann ist dagegen nichts einzuwenden. Wenn Du aber meinst, Du wärst schon erwachsen genug, um in Deiner freien Zeit mit einem Jungen spazierenzugehen, häufig mit ihm das Kino zu besuchen und Dich zum Tanz führen zu lassen, dann muß ich Dir sagen, daß Du Dich täuschst. Weißt Du, in Deinem Alter muß die Schule an erster Stelle stehen. Und wenn dann noch Zeit übrig ist für andere Dinge, könntest Du mit Deiner Mutter einmal beraten, in welchen Klub Du eintreten darfst. Vielleicht treibst Du gern Sport. Ein fester Freund jedoch, mit dem Du Dich zusammen in der Öffentlichkeit triffst, ist noch nichts für Dich. Dafür hast du später Zeit genug.

Er hört nur auf seine Mutter

Liebe Frau Ursula, ich bin 21 Jahre alt und habe die Beziehung zu meinem Bekannten, den ich immer noch sehr liebe, vor einigen Monaten abgebrochen. Der Grund war seine Mutter, die mich nicht akzeptierte und einen großen Einfluß auf meinen Freund hatte. Vor einiger Zeit traf ich ihn wieder, er war sehr niedergeschlagen und meinte, ich hätte sein ganzes Leben zerstört. Ich werde nun gar nicht mehr froh und frage mich, ob ich ihm Unrecht getan habe. W. T. in S.

Ihr Freund gehört zu jenen jungen Männern, die allzu stark an ihre Mutter gebunden sind und sich in keiner Weise von ihrem Einfluß frei machen können — und wollen. So sieht er auch seine jetzige seelische Verfassung nicht etwa als Folge seines eigenen unschlüssigen Verhaltens an, sondern sucht auch hier einen anderen Schuldigen. Ihren Freund vom Gegenteil zu überzeugen, wird schwierig sein. Wenn Sie ihn wirklich lieben, können Sie es natürlich versuchen. Schreiben Sie ihm einen sehr diplomatischen Brief, in dem Sie um eine Aussprache bitten und auch anklingen lassen, daß jeder Mensch sich einmal in seinen Entscheidungen von seinen Eltern frei machen muß. Wenn es Ihrem Freund jetzt nicht gelingt, sich seiner Mutter gegenüber zu behaupten, wird er in Zukunft allen wichtigen Lebenssituationen unschlüssig oder sogar hilflos gegenüberstehen. Bekennt sich Ihr Freund zu Ihnen — ohne die früheren Ressentiments natürlich — können Sie es ja noch einmal versuchen. Wenn er dann aber weiterhin innerlich von seiner Mutter abhängig bleibt, dann trennen Sie sich lieber von ihm. Er würde auch später nicht völlig zu Ihnen stehen.

Aber das Dienstgeheimnis . . .

Liebe Frau Ursula, durch ein Diktat meines Chefs erfuhr ich, daß eine Abteilung unseres Betriebes, in der eine mir sehr sympathische Kollegin arbeitet, aufgelöst werden soll. Diese Kollegin soll einem anderen Ressort zugeteilt werden, in dem sie sich sicher nicht wohl fühlen wird. Ich weiß, daß ich das noch niemandem erzählen darf. Aber meine Kollegin sagte mir, daß sie von einer anderen Firma ein gutes Angebot bekommen habe, das sie aber nicht annehmen will, weil sie in ihrer Abteilung sehr gern arbeitet. Ich komme mir ihr gegenüber richtig schlecht vor, weil ich ihr doch nichts erzählen kann. Tue ich es trotzdem, dann verletze ich das Dienstgeheimnis, und das könnte unangenehme Folgen haben. Ich befinde mich in einer üblen Zwickmühle, aus der ich allein nicht herausfinde. U. M. in A.

Ihre Hilfsbereitschaft ist zwar verständlich, aber Sie dürfen das Dienstgeheimnis auf keinen Fall verletzen. Sie sollten versuchen, mit Ihrem Chef über die Angelegenheit Ihrer Kollegin zu sprechen. Vielleicht kann er Sie von Ihrer Schweigepflicht entbinden. Eine andere Möglichkeit sehe ich nicht.

Das sind ideale Sommer-Schuhe:
leicht, luftig, biegsam. Freundliche, doch kräftige Farben, wertvolle Leder - beim Modell DALLAS handverarbeitet - und die vorzügliche Paßform sind charakteristisch für alle RHEINBERGER-Modelle.
. . . die männliche Note

Rheinberger

Gute Fachgeschäfte nennt Ihnen gern EDUARD RHEINBERGER A.G., Offenbach/Main

Wündrich-Meißen

Gesundheit nach Maß

Von der Fürsorglichkeit der Mutter hängt es ab, ob ihr Kindchen zu den bewunderten Musterbabys gehören darf. Außer frischer Luft, Ruhe und guter Ernährung spielt die richtige Hautpflege dabei eine bedeutende Rolle. Millionen von Müttern schwören auf den Penaten-3-Phasen-Schutz mit seiner zuverlässigen Verhütung des Wundseins. Penaten-Creme, Penaten-Puder, Penaten-Öl und Penaten-Seife konnten sich in vielen Kinderzimmern einen festen Platz erobern. Die Penaten-Mittel sind in allen Apotheken und Drogerien zu haben. Auch in Österreich und der Schweiz erhältlich.

PENATEN
Creme · Puder · Seife · Öl

Glück, Freiheit und Geborgenheit im Eigenen genießen....
Ein Haus besitzen, etwas haben, etwas sein.
Ein guter Partner, die heimische
Bausparkasse der Sparkassen, verhilft Ihnen dazu.

Fordern Sie die Schrift „Sparen, bauen, schöner wohnen"
von der Geschäftsstelle Öffentliche Bausparkassen, Bonn, Postfach 242.

BAUSPARKASSEN
DER SPARKASSEN

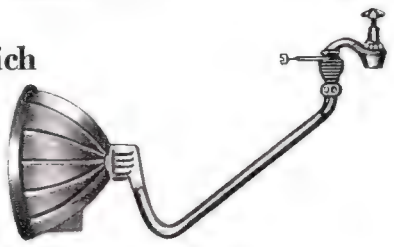
Warum schreit Ihr Baby?
Meistens sind Verdauungsbeschwerden mit schmerzhaften Blähungen die Ursache. Die rein pflanzlichen Wirkstoffe von BABYNOS verhüten sie und verschaffen Ihrem Kind ruhigen Schlaf. Seine natürliche Zusammensetzung sichert die völlige Unschädlichkeit und gute Wirkung von

BABYNOS

In Apotheken und Drogerien

Heilsame Wärme ...
reflektiert auch die HEIMSAUNA Kreuz-Thermalbad. Diffuse Reflex-Tiefenwirkung der Infrarotwärme auf den ganzen Körper. Seit über 50 Jahren in mehr als 70 Ländern erprobt. Bewährt bei **Rheuma, Ischias, Lumbago, Neuralgie, Fettleibigkeit, Entlastung des Kreislaufes,** Vorbeugung, Entschlackung, Entgiftung. In 3 Minuten gebrauchsfertig. Anschluß an Lichtleitung. Zusammenrollbar. 1 Woche unverbindliche Probe. Ratenzahlung. **Kostenlos und portofrei 44-seitige Broschüre.**
Eingetrag. Warenzeichen ®
Heimsauna
GmbH. Abt. FS Garmisch-Part., Burgstr. 21
Verkaufsst. für München: Lindwurmstr. 76

Gestalten Sie, was zur Figur erforderlich



Natürliche Kalt-Wasser-Methode strafft und belebt Ihre Büste. 32 Düsen, gegliedert in 3 Sektoren, rotieren und massieren, entwickeln kräftig oder reduzieren sanft.

An jeden Wasserhahn anzuschließen!

MASSO-SEIN-COMBI FORMT IHRE BÜSTE ZUR VOLLENDUNG

An APPAREX GMBH., Auslieferungslager H, Frankfurt/M.-Eschersheim, Postfach 132.

Ich bestelle ..... Stück MASSO-SEIN-COMBI, komplett zum Preise von je DM 78,—. Zahlung erfolgt bei Lieferung (Nachnahme); Teilzahlungen möglich.

Herr/Frau/Frl. .....

Ort, Straße, Hausnummer: .....
(Bitte Blockschrift)

Sprechstunde des Herzens

Fortsetzung von Seite 107

Wenn zwei sich streiten . . .

Liebe Frau Ursula, schon oft habe ich einen Ehestreit zwischen meiner Freundin und ihrem Mann erlebt. Kürzlich war es wieder einmal soweit. Ein Wort gab das andere, und meine Freundin weinte schließlich sehr. Da wurde es mir zu bunt, und ich sagte ihrem Mann gehörig die Meinung, um meine Freundin in Schutz zu nehmen. Aber sie reagierte ganz anders, als ich erwartet hatte. Sie drehte nämlich den Spieß um und stand ihrem „schwer arbeitenden Mann" bei. Deutlich gab sie mir zu verstehen, ich solle mich nicht in ihre Angelegenheiten mischen. Jetzt ist es aus mit der Freundschaft, obgleich ich es doch nur gut gemeint hatte. H. O. in P.

Wer mit Ehepaaren Freundschaft halten will, sollte sich niemals in einen Streit einmischen und Partei ergreifen. Jede Stellungnahme wird als Taktlosigkeit von dem streitenden Ehepaar empfunden, und die Reaktion ist dann so, wie Sie sie bei Ihrer Freundin erlebt haben. Mit einem begütigenden Anruf bringen Sie sicher alles wieder ins Lot.

Ich liebe meinen Schwager

Liebe Frau Ursula, Sie denken jetzt sicher schlecht von mir, aber ich liebe meinen Schwager und wünsche mir nichts sehnlicher, als daß er eines Tages mir gehört. Wir wohnen und arbeiten alle auf dem elterlichen Bauernhof. Obgleich ich eigentlich Verkäuferin bin und mir diese Arbeit keinen Spaß macht, halte ich durch. Sonst müßte ich ja wieder in die Stadt ziehen und könnte meinen Schwager nicht jeden Tag sehen. Ich glaube, ich bin ihm auch nicht gleichgültig, denn er ist immer sehr nett zu mir. Ich würde auch bestimmt viel besser zu ihm passen als meine Schwester. Soll ich einmal mit ihm sprechen? H. W. in N.

Und wenn Ihr Schwager schön wäre wie Apoll — als Mann Ihrer Schwester ist er für Sie tabu! Ich rate Ihnen, sich so bald wie möglich eine Stellung in der Stadt zu suchen und damit eine räumliche Trennung zu schaffen. Die erste Zeit wird sicher nicht leicht für Sie sein, aber das Gefühl, sich selbst und Ihre Familie vor Unrecht und Kummer bewahrt zu haben, wird Sie innerlich reif machen. Außerdem wird Ihnen der Beruf eine gute Ablenkung sein.

Party ohne Eltern?

Liebe Frau Ursula, einmal erst hat unsere siebzehnjährige Tochter eine Party bei uns zu Hause gegeben, obgleich wir sie ermunterten, ihre Freunde doch wieder einmal einzuladen. Wir möchten doch gern die jungen Leute, mit denen sie immer zusammen ist, kennenlernen. Statt dessen besucht sie immer häufiger die Tanzfeste, die ihre Freunde veranstalten. Durch einen Zufall haben wir erfahren, daß die Eltern des jeweiligen Gastgebers oder der Gastgeberin es vorziehen, an dem betreffenden Abend

Wie mache ich's richtig?

Frage:

Ich weiß wohl, daß zuerst der Hausherr sein Glas erhebt, um seinen Gästen zuzutrinken. Ich bin aber alleinstehend. Soll ich es nun einem der anwesenden Herren oder aber der ältesten Dame überlassen, den „Trinkstart" zu geben?

Antwort:

Sie können als Gastgeberin durchaus den Trinkstart geben. Und zwar mit einer kleinen Verbeugung in die Runde. Wenn es aber Ihrem Empfinden für Schicklichkeit widerspricht, können Sie genausogut einem männlichen Verwandten oder dem ältesten anwesenden Herrn dieses Amt übertragen. Sie verstoßen damit gegen keine Regel.

auszugehen. Mein Mann und ich sind darüber so empört, daß wir unserer Tochter den Besuch von Parties strikt verboten haben. Seitdem herrscht Gewitterstimmung bei uns, denn unsere Tochter will dieses Verbot nicht einsehen. Selbstverständlich haben mein Mann und ich während des Festes bei uns die jungen Leute nicht allein gelassen. Ch. G. in T.

Jugend möchte gern unter sich sein. Die Anwesenheit auch der nettesten Eltern macht sie befangen und verhindert eine ungezwungene Unterhaltung. Die Lösung, die Eltern ins Kino zu schicken, wenn die jungen Leute feiern wollen, finde ich aber auch nicht richtig. Gehen Sie doch den goldenen Mittelweg: Sie begrüßen und verabschieden die Jugendlichen und lassen sich während des Abends einige Male kurz sehen, um sich mit den Gästen Ihrer Tochter zu unterhalten. Vielleicht gelingt es Ihnen, auch die Eltern der anderen jungen Leute, die zu dem Freundeskreis Ihrer Tochter gehören, von der Richtigkeit dieser Lösung zu überzeugen. Dann können Sie Ihre Tochter beruhigt wieder die Feste ihrer Freunde besuchen lassen.

Unsere Leser in Österreich, die von Frau Ursula beraten werden möchten, richten ihre Briefe und Anfragen an das Wiener FÜR SIE-Büro, Wien 127, Schließfach 50.

Konkurrenz im Büro

Liebe Frau Ursula, seit zwanzig Jahren bin ich im gleichen Betrieb beschäftigt und soll jetzt eine jüngere Kollegin zur Entlastung bekommen. Ich habe mir die junge Dame bei ihrer Vorstellung natürlich genau angesehen. Sie ist sehr hübsch und auch gut angezogen. Vermutlich benutzt sie ihr Gehalt als Taschengeld, denn sie lebt bei ihren Eltern. Ich befürchte nun, daß sie mir dadurch meinen ehrlich verdienten ersten Platz streitig macht. Wie soll ich mich verhalten? Berufserfahrung hat sie natürlich noch nicht.

O. P. in D.

Den Gedanken, die Jüngere könnte eine Konkurrenz für Sie werden, schieben Sie am besten weit von sich. Ihr Chef wird schon wissen, was er an Ihnen hat. Ihre Kenntnisse und Fähigkeiten ermöglichen Ihnen eine große Selbstsicherheit. Es liegt also an Ihnen, ein gutes Arbeitsklima zu schaffen. Je hilfsbereiter und freundlicher Sie der Neuen entgegenkommen, um so mehr Freude werden Sie bald an der Zusammenarbeit haben. Das junge Mädchen wird Ihnen sicher dankbar sein, wenn Sie Ihre Überlegenheit nicht ausnutzen, sondern ihm helfen, sich schnell mit der neuen Materie vertraut zu machen und einzuarbeiten — zu Ihrer Entlastung! Denken Sie immer daran!

Die „Sprechstunde des Herzens" erscheint regelmäßig in jedem FÜR SIE-Heft. Für heute grüßt Sie herzlich Ihre

Frau Ursula

PW 2/62

Wenn Wolle
wollig bleiben soll –
einfach waschen
in Perwoll!

Wolle
braucht richtige
Pflege!

Was Wolle mit jeder Faser verlangt, ist ein behutsames Waschbad: schonend – wenn es den Schmutz ablöst; sanft – wenn es das Gewebe durchspült; pflegend – damit die zarte Wolle locker, weich und anschmiegsam bleibt. Wolle braucht ein spezielles Feinwaschmittel. Ganz gleich, ob Sie handwarm oder kalt waschen wollen. Deshalb wurde von Henkel das Wollwaschmittel Perwoll entwickelt.

Was für Wolle gut ist, gilt erst recht für farbige Gewebe: Seide, Nylon und PERLON, dralon, Trevira und Diolen: einfach waschen in Perwoll.

Henkel

BF 1202

BINAFIX - kristallklares Haarspray

Dieses neue Haarspray wird Ihnen gefallen! BINAFIX gibt Ihrer Frisur festen Sitz für den ganzen Tag, erhält dem Haar natürliche Schmiegsamkeit und ungetrübten Glanz; die natürliche Haartönung wird nicht verändert. BINAFIX wird niemals klebrig und bildet keine »Schuppen«. BINAFIX enthält das patentgeschützte Dicrylan® 405, deshalb ist es kristallklar. Überzeugen Sie sich selbst:

Sprühen Sie BINAFIX auf einen Spiegel: keine Spur von grauem Belag ist zu sehen!

So rein und klar schützt BINAFIX auch Ihre Frisur, um sie den ganzen Tag lang schön zu halten.

BINAFIX ist für jedes Haar geeignet und kostet DM 4,80.

binafix®

Das neue Haar-spray von Dralle

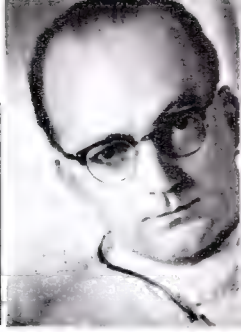
Dieses Haarspray ist kristall-klar*

Machen Sie den Spiegeltest!

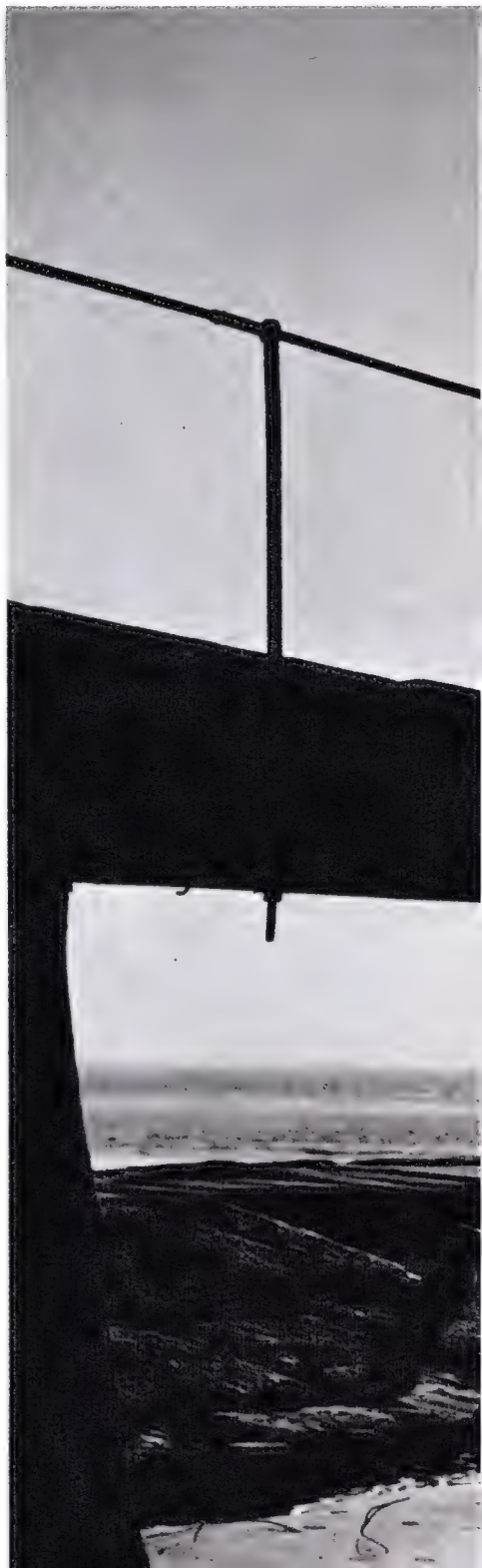
BINAFIX wird nach einem Verfahren der CIBA Aktiengesellschaft, Basel, hergestellt.
® = Reg. Wz. der CIBA

Dralle

Hier berät Sie der FÜR SIE-Hausarzt



In dieser neuen, großen Gesundheits-Serie, die FÜR SIE-Hausarzt Dr. med. Heinrich Wallnöfer schrieb, um allen Frauen zu zeigen, wie die heute so sehr und so vielseitig bedrohte Gesundheit der Männer bewahrt, gesichert und wiederhergestellt werden kann, ging es bisher um die Hauptgefahren, den Bluthochdruck, um das Rauchen und um die Schutznahrungsstoffe. Hier wird nun ein Thema behandelt, das von allergrößter Wichtigkeit für alle berufstätigen Männer ist: Der Urlaub. Gesetze, Bestimmungen und Vereinbarungen sichern die Möglichkeit eines angemessenen Erholungsurlaubs für alle im Berufsleben stehenden Männer und Frauen. Aber — was Sie aus Ihrem Urlaub und aus „Seinem" Urlaub machen, das liegt allein bei Ihnen. Deshalb rät Ihnen der Arzt:



„Sein Urlaub muß erholsam sein!“

Ob der ehrlich verdiente und endlich zustandegekommene Urlaub auch tatsächlich erholsam wird, ob er zur helfenden, ja vielleicht rettenden Pause für Ihren Mann wird, das, liebe FÜR SIE-Leserin, können und müssen Sie mitbestimmen. Mehr noch: Sie sind die wichtigste Verbündete, auf die wir Ärzte die größten Hoffnungen setzen!

Aufgabe und Zweck des Urlaubs ist es, die Überhastungen des Arbeitsjahres auszugleichen. Wie lange soll nun die „große Pause“ dauern, um auch wirklich wirksam zu sein?

Die Urlaubsdauer

Schon in der „guten, alten Zeit“, in der es noch keine „Managerkrankheit“ (zumindest dieses Namens) gab, schickte man die Erholungsbedürftigen für 21 Tage ins Bad. Mit diesem altbewährten Dreiwochenmaß haben wir auch für unsere Tage die Mindestzeit gegeben, die man braucht, um wirklich Erholung zu finden.

Unser Organismus muß sich ja vorerst einmal an die neue Situation gewöhnen. Alles im Körper ist auf bestimmte Rhythmen aufgebaut. Man gewöhnt sich sehr bald daran, morgens um 7 Uhr auch ohne Wecker aufzuwachen, wenn dies der richtige Zeitpunkt ist, pünktlich im Büro einzutreffen. Diese Kopfuhr arbeitet auch im Urlaub weiter und muß erst langsam abgeschaltet werden. Auch dauert es eine Weile, ehe ein betriebsamer Mann sich an den Gedanken gewöhnt, daß Telefon, Akten und Büro fern von ihm sind und daß der Betrieb — zumindest für kurze Zeit — auch ohne ihn nicht gleich zugrunde geht.

Meinen Sie, daß „Er“ davon überzeugt ist? Die erste bohrende Sorge ist da, der erste Grund, den Urlaub nicht richtig genießen zu können: Ob Fräulein Meier den letzten Bericht auch termingerecht absenden wird? Diese und ähnliche Fragen müssen aber — und das ist eine der wichtigsten Vorbedingungen für den wirklich erholsamen Urlaub — schon vor Urlaubsantritt gelöst werden. Es ist unerläßlich, alle Geschäfte einer oder mehreren vertrauenswürdigen Personen weiterzugeben, die entsprechend eingearbeitet sein müssen, um notfalls auch Entscheidungen treffen zu können. Der Urlauber, der sich täglich morgens über den Stand der Geschäfte berichten läßt, ist nicht auf Urlaub, er macht bestenfalls eine „Entwöhnungskur“ durch. Für die richtige Erholung fehlt die Grundvoraussetzung, das beruhigte Abschalten.

Vor Antritt der Reise muß alles so vorbereitet sein, daß nur im äußersten Notfall eine Anfrage durchkommt. Für diesen Umstand soll andererseits aber auch wieder wirklich verläßlich gesorgt sein, sonst stört die bange Frage, ob nicht doch irgendeine Katastrophe geschehen sein mag, die seelische Ruhe.

Ein Urlaub an der See ist für viele Menschen besonders erholsam. Die klare, reine Nordseeluft tut den verräucherten Lungen gut, und der völlig andere Rhythmus des Lebens erleichtert das Abschalten auch für die Unermüdlichsten. Hier, in der Weite von Strand, Dünen und Wellen, werden Sie „Ihn“ am raschesten und am besten für Ihre private Welt zurückgewinnen.

Wenn es sich irgend einrichten läßt, sollte wenigstens jenseits des 50. Lebensjahres eine vierte Urlaubswoche angeschlossen werden. Der Idealurlaub des modernen Menschen kann mit vier Wochen bemessen werden, deren erste Hälfte meist nur dazu dient, den Urlauber an die Tatsache zu gewöhnen, daß er einmal nichts tun muß und nur das tun darf, was ihm gerade Spaß macht.

Der gefährliche dritte Tag

Professor Dr. Hittmayer, der Urlaubsspezialist unter den medizinischen Forschern, unterscheidet zwei grundsätzlich verschiedene Arten der Wiederherstellung unserer Leistungsfähigkeit: Handelt es sich nur darum, die Ermüdungsstoffe aus dem Körper zu entfernen, und ist man sonst noch voll leistungsfähig, genügt die „Entmüdung“ durch vorübergehende Ruhe oder durch einen geeigneten Ausgleichssport. Dabei sollte der Arbeitsrhythmus nicht gestört werden. Das heute übliche verlängerte Wochenende mit seinen zwei freien Tagen wird von den Urlaubswissenschaftlern eigentlich abgelehnt. Die dafür aufgewandte Zeit sollte man besser für einen zusätzlichen Winterurlaub verwenden, sagen sie.

Welche Anforderungen die Rhythmusunterbrechung an den arbeitsgewohnten Menschen stellt, zeigt die Tatsache, daß der dritte Tag für alle Urlauber und Kurgäste ein kritischer Termin ist. Die Beschwerden, die sich als Folge des Nichts-Tuns einstellen, erreichen dann ihren Höhepunkt. Überforderte Manager werden häufig am dritten freien Tag ernsthaft krank.

Beschwerden als Folge des Nichts-Tuns — ist das nicht ein wenig übertrieben? Der Körper müßte doch für jede Pause unter allen Umständen dankbar sein? Weit gefehlt! Gerade im Leerlauf der Entspannung kommen oft Dinge zutage, die bisher durch die übermäßige Anspannung überdeckt wurden.

„Herr Doktor“, beklagen sich die Feriengäste am Urlaubsort, „seit ich hier bin, habe ich abends Herzklopfen, kann nur mit Mühe einschlafen.“ Sicherlich muß sich der Organismus erst auf das neue Klima umstellen, eine Arbeit, die ebenfalls den Kreislauf belastet. Der Arzt hat fast immer recht, wenn er dem überraschten Patienten erklärt: „Sie müssen sich erst an die Ruhe hier gewöhnen!“ Unser Rat für Sie, liebe Leserin, als die Programmgestalterin: Lenken Sie „Ihn“ gerade in den ersten Tagen mit kleinen Entdeckungsreisen, Waldspaziergängen usw. ab, halten Sie ihn aber von den Wundern der Technik, von Film und Fernsehen, möglichst fern. Wenn Sie beide tagsüber genügend

Fortsetzung auf Seite 113

Rama - am besten auf Brot!
So kommt ihr naturfeiner
Geschmack voll zur Geltung.
Auch das ist wieder ein Beweis:
Rama gehört zu den
wertvollsten
Lebensmitteln.

RAMA

Wertvoll – weil pflanzlich

mit dem vollen naturfeinen Geschmack

„Sein Urlaub muß erholsam sein!“

Fortsetzung von Seite 111

Sauerstoff getankt haben, wird sich abends auch ohne „Entspannung durch Spannung“ der natürliche Schlaf einstellen. Erschrecken Sie auch nicht, wenn er Ihnen morgens von wilden Träumen erzählt, sie sind ebenfalls ein Zeichen des Leerlaufes und vergehen bald wieder von selbst. Notfalls kann man zu einem milden Entspannungsmittel greifen, welches die Ruhe der ersten Tage erträglicher macht und — ohne ein direktes Schlafmittel zu sein — auch die nächtlichen Spannungen löst.

Urlaub allein?

Bevor wir darüber sprechen, wohin Sie „Ihn“ am besten in den Urlaub locken, ein Wort zur Frage der getrennt verbrachten Ferien — der „Ferien vom Du“, die manchmal auch Ferien vom Ich sein können. Von wenigen Ausnahmen abgesehen, die nur der Hausarzt entscheiden kann, raten wir Ihnen von diesem Experiment ab. Kaum in einer anderen Periode des Jahres können sich die beiden Ehepartner näherkommen als eben im Urlaub, und wir glauben auch, daß eine Kinderschar n i c h t störend wirkt.

Freilich, anfangs wird der gestrenge Herr Papa vielleicht durch den Lärm und den Frohsinn seiner Sprößlinge leicht aus dem Gleichgewicht gebracht werden, nur zu bald steckt aber die Unbeschwertheit der Jugend an, und beide Eltern werden — endlich einmal frei von den Sorgen des Alltags! — mit ihren Kindern wieder jung. Daß der Nachwuchs am Urlaubsort in eigenen Räumen untergebracht sein soll, müssen wir nicht besonders betonen.

Fischen beruhigt!

Wie aber hilft man den Uber-Nervösen, die wirklich Stille benötigen? Den großen Einzelgängern? Den meditativen Naturen mit dem unwiderstehlichen Hang zur Einsamkeit? Wohin wollen wir die schicken? Die philosophischen Angler z. B. finden reiche Fischgründe in Finnland und Schweden, in England und besonders Irland. Hier gibt es — neben zahlreichen Plätzen für den Lachs- und Forellenfang — auch Möglichkeiten für den aktiven Seefischfang. In Westport z. B. kann man in einem eigenen Gästehaus für etwa DM 250 bei voller Pension wohnen und in fachkundiger Begleitung mit eigenen Booten (DM 6 bis 12 pro Tag) fischen. Die Angling Holidays Ltd., 114 Shaftesbury Avenue, London W 1, nimmt Anmeldungen entgegen. Die gleiche Agentur hat auch an die Familien der Hobby-Männer gedacht und veranstaltet Familienfahrten mit „fischendem Vater“ auf dem Rhein durch Holland, aber auch in der Schweiz und in Italien. Natürlich kann man auch irgendwo an einem oberbayerischen Fischwasser, einfach beim Bauern Huber, gegen Gebühr fischen. Möglichkeiten besonderer Art, ländliche Ferien mit genußreicher Sportfischerei zu kombinieren, bietet das Salzburger Land mit seinen vielen Berggewässern (Auskünfte: Landesverkehrsamt Salzburg, Mozartplatz 10). Wer, ein Kapitän Ahab unserer Breiten, einen Thunfisch oder Grundhai fangen will, muß in den Öresund — vom 15. August bis 15. Oktober — oder nach Helgoland: Motorboote und Geräte liegen bereit für den sehr männlichen Kampf mit dem schnellsten und stärksten Meereswild. Seehundsjagden bei Borkum oder in anderen Teilen des Wattenmeeres längs der Nordseeküste — natürlich nur mit Jagdschein und waidgerecht — sind, auch wenn man nicht zum Schuß kommt, ein großes Erlebnis.

Wohin auf Urlaub?

Steht aber der gemeinsame Urlaub auf dem Programm, lautet die erste Frage natürlich: „Wohin?“

ER und Sie haben da durchaus nicht immer gleiche Pläne, und wir müssen wieder einmal auf Ihre bewährte Diplomatie vertrauen. Wohin immer seine Gedanken auch wandern, das Ziel muß ein ruhiger, klimatisch angenehmer Ort sein, fern von der turbulenten Welt, fern aber auch von der Möglichkeit, sich körperlich zu sehr auszugeben. Wenn man sich erholen will, hat es keinen Sinn, verlockenden Angeboten zu folgen, die vormittags ein Bad im Meer und nach dem Essen eine schneidige Ski-Abfahrt versprechen. Alles was nach Hetzjagd aussieht, alles was die Nachtruhe beeinträchtigen kann, ist für den erholsamen Urlaub verboten! Da ist schon eher etwas Einfachheit erlaubt, wenn wir uns auch im allgemeinen nicht allzuweit von der Zivilisation entfernen wollen! Warmes Wasser und ein freundlich gedeckter Tisch sind Mindestforderungen für einen modernen Menschen, von denen er im allgemeinen nicht abgehen sollte.

Ausnahmen bilden besondere Urlaubsformen, ein Aufenthalt in einer Almhütte etwa oder die Segelfahrt ins Blaue. Zwei Wege, der Hetzjagd unserer Zeit einmal gründlich zu entfliehen. Natürlich kommt dies nicht für jedermann in Frage, aber immerhin — eine Überlegung wäre es wert. Beide Ziele, das Meer und die Bergwelt, versprechen eines: Man darf damit rechnen, wirklich einsam zu sein. Nur naturverbundene Menschen, Förster, Jäger und Bauern, wird man treffen, wenn man sich über die Tausend- oder gar Zweitausendmeter-Grenze begibt, und auch an der See sind Menschen daheim, die ein willkommenes Gegenstück zum „rasenden“ Städter bilden. Für den segelkundigen Wasserfreund ist der Idealfall ein kleines Kajütboot, eben groß genug, um seine „Mannschaft“ (sprich Familie) aufzunehmen. Ausgestattet mit einem kleinen Motor, der im Fall des Falles die Urlauber rechtzeitig an Land bringt. Man muß gar keine Monsterfahrten unternehmen, es genügt völlig, längere Zeit wirklich fern von allen Belastungen unserer Tage zu bleiben. Arbeit gibt es an Bord genug, Langeweile wird also nicht aufkommen. Natürlich sind Seefestigkeit und Freude am Wasser Voraussetzung. In Amerika ist „Fahrtensegeln“ ein beliebter Sport geworden, in Europa beginnt sich diese Art einer sehr individuellen Urlaubsgestaltung erst langsam durchzusetzen, aber in jüngster Zeit wurden sogar tief im Binnenland, z. B. in Wien, Fahrtenseglerverbände gegründet, die ihren Mitgliedern einen Urlaub auf See ermöglichen.

Selbstverständlich zählt auch eine Reise auf einem größeren Schiff zu den wirklich erholsamen Dingen. Es gibt

Fortsetzung auf Seite 114

Das 1x1 des richtigen Erholens

Dauer: Die Wissenschaft hat festgestellt, daß 3 Wochen, volle 21 Tage, für eine gründliche Erholung nötig sind, weil der Körper sich erst in dieser Zeit wirklich umgestellt hat.

Notwendigkeit: Wenn die Leistungskraft allmählich absinkt, ist Erholung unbedingt nötig.

Entmüdung: Die im Körper angesammelten Ermüdungsstoffe können mit Hilfe eines geruhsamen Wochenendes abgebaut werden. Vernünftig betriebener Ausgleichssport trägt dazu bei. Diese Entmüdung ist nötig, wenn das Tages- und das Wochenpensum erfüllt ist. Stellt man fest, daß sie nicht ausreicht, um die volle Einsatzfähigkeit und Schwungkraft wiederherzustellen, ist dringend ERHOLUNG nötig.

Freies Wochenende: Nur etwas weniger als ein Viertel der „Führungsschicht“ gönnt sich, wie eine Befragung ergab, ein freies Wochenende. Es ist IHRE Aufgabe, liebe Leserin, dafür zu sorgen, daß „ER“ sich Zeit dafür nimmt.

Winterurlaub: Ein zusätzlicher Winterurlaub ist zumindest für Männer jenseits der 50, wenn sie angestrengt tätig sein müssen, notwendig.

Urlaubsbeschäftigung: Lassen Sie dem „Urlauber“ immer ein wenig Freiheit, beschränken Sie vor allem nicht sein Hobby, das er in die Ferien mitnahm. Die kluge Frau schmollt nicht, wenn „ER“ Golf spielt, segelt oder Pfeil und Bogen wie Wilhelm Tell gebraucht, sie tut mit und entspannt sich dabei genauso gut wie der Teure selbst.

Die
von Solida
die haben,
versteifte
Kragen,
chic —
und das
Bügeln
ersparen

Solida

perlon
porös

10/13/6

Bezugsnachweis: Solida-Werke
Wehrmeyer & Co., Abt. FS 80, Osnabrück

Selbst die längste Fahrt im Wagen wird der Magen gut vertragen!

Für die Kleinen reicht ein Dragee den ganzen Tag - es ist übrigens ganz unschädlich.
Bei Erwachsenen schützen schon zwei Dragees 12 Stunden vor Übelkeit im Auto und auf Reisen.

Peremesin

Achten Sie auf die blau-weiße Original-Packung!
10 Dragees DM 1.80. Nur in Apotheken.

CHEMISCHE FABRIK VON HEYDEN AG. MÜNCHEN 23

„Sein Urlaub muß erholsam sein!“

Fortsetzung von Seite 113

Frachter, die auch einige Passagiere mitnehmen (meist reicht es gerade für eine größere Familie) und die in aller Ruhe einen Hafen nach dem anderen abklappern.

Der Ort allein macht es nicht

Warum wir Ihnen hier nicht einfach den „idealen Urlaubsort“ nennen? Nun, Sie finden in unseren gut geprüften und sehr unterschiedlichen Ferienratschlägen so manches idyllische Plätzchen, doch sollte auch Ihr Hausarzt ein gewichtiges Wort mitsprechen. Vielleicht suchen Sie ihn zuerst einmal allein auf. Es spricht sich doch leichter, wenn der „Herr der Schöpfung“ nicht mit dabei ist. Bereiten Sie mit des Arztes Hilfe einen kleinen Schlachtplan vor, denn nicht immer wird „Er“ auf Anhieb gleich bereit sein, auf die ihm vorschwebenden Attraktionen zu verzichten. Da müssen Sie schon zusehen, daß er einsehen lernt, daß seine Gesundheit Vorfahrt hat.

Was man keinesfalls tun darf

Sie wissen es ohnehin: Gefahrenmoment Nr. 1 ist das Auto. So unentbehrlich uns das Benzinroß im Alltag geworden ist, sollten wir es im Urlaub doch ein wenig links liegenlassen. Wir wollen gar nicht verlangen, daß Sie auf alle Fälle mit Flugzeug oder Eisenbahn losbrausen, die Anfahrt im eigenen Wagen, von Haustüre zu Haustüre, hat, gerade für den von uns empfohlenen Familienurlaub, sicher große Vorteile. Am Ziel angelangt, bemächtigen Sie sich aber bitte des Zündschlüssels. Und wenn „Ihn“ die Unruhe packt und er zum Abendbrot in den Nachbarort fahren will, schwärmen Sie vom ruhigen Spaziergang in der schönen Abendluft. Machen Sie ihm das bißchen Beinevertreten schmackhaft. Er wird besser ein- und leichter durchschlafen.

Ich weiß, auch Sie lieben die Abwechslung, auch Sie möchten gern die wunderschöne Barockkirche sehen, die es in der Nähe gibt. Verführen Sie Ihren Gatten aber nicht zu täglichen Ausflügen, um alle Sehenswürdigkeiten der Umgebung nur ja genau kennenzulernen. Sparen Sie das eine oder andere für die kommenden Jahre auf, sehen Sie lieber nach, was Ihnen Mutter Natur vor der Haustüre bietet. Sie werden staunen, welch beruhigenden Einfluß ein Sonnenuntergang haben kann, wie sich ganz „gewöhnliche“ Waldspaziergänge auf sein Befinden auswirken.

Natürlich sollen Sie baden, wenn das Wasser in der Nähe lockt. Halten Sie aber bitte auch hier Maß! Vor allem im Süden sollte man sich der Gewohnheit der Einheimischen anpassen und die Zeit der großen Hitze nicht im Wasser, sondern im verdunkelten Zimmer, mit einem freundlichen Gespräch, mit einem guten Buch oder schlafend verbringen.

Nützen Sie die beschaulichen Stunden, und lesen Sie auch einmal ein paar Gedichte oder lassen Sie Ihre und seine Gedanken bei einer fröhlichen Geschichte ausruhen. Aufregende Problembücher oder spannungsgeladene Kriminalromane sind nur ausnahmsweise als Urlaubslektüre geeignet, zumal nach den ersten Tagen, wenn es einem gelungen ist, ein wenig Abstand vom Augenblick zu bekommen.

Natürlich dürfen Sie abends einmal ausgehen, mit ihm tanzen und sich des Lebens freuen. Verlegen Sie den Besuch solcher Veranstaltungen aber besser in die letzte oder vorletzte Urlaubswoche, wenn Alltag und Erholung nicht mehr miteinander kämpfen.

Der Unfug des Kurzurlaubs

Man kann nicht von Urlaub und Freizeit sprechen, ohne vor dem gehetzten Wochenende zu warnen. So wichtig ein paar entspannende Stunden für die „Entmüdung“ sind, so gesund es sich auswirkt, wenn man sich seinem Lieblingssport dabei hingibt, so unheilvoll ist die Raserei! Da gibt es Menschen, die jeden Sonntag dazu benützen, 300 oder noch mehr Kilometer zu fahren und die kurzen Picknick-Pausen dann Ihre „Erholung“ nennen. Nichts ist weniger erholsam als diese Unvernunft! Es ist nicht wahr, daß man sich hinter dem Lenkrad des Wagens entspannen kann! Das war schon eine Utopie, als man praktisch die ganze Fahrbahn für sich hatte und frei drauflosbrausen konnte. Heute, wo die Wagen Stoßstange an

Wie kommen Sie schnell zu Geld??

Nehmen Sie ein Sonnenbad mit TIROLER NUSSÖL. Dann fahren Sie nach Bonn und sagen: Ich heiße Bomboli und komme aus Afrika! Erfolg: siehe oben!

„Sind Sie immer müde? ...“

BORKUM JUIST NORDERNEY BALTRUM LANGEOOG SPIEKEROOG WANGEROOGE

dann Inselruhe + Nordseeluft + Tapetenwechsel! Nordsee-Urlaub gibt neuen Lebensmut und Kraft. Schriften — auch für Sanatorien, private Kinder- und Schulheime — vom Landesverkehrsverband Ostfriesland, Emden, P. 86

Wunderschön und sehr strapazierfähig!

Kibek Teppich Handelsmarke

Sie werden staunen: Riesenauswahl in Velours, Kokos, Sisal, Haargarn, „Perlon“ und 100% Wolle. Dazu die günstigen Kibek-Preise.
Fordern Sie unverbindlich und kostenlos das neue Teppich - Spezial - Album mit großem Orientteil von

Teppich-Kibek Hausfach 41 Elmshorn

Sofort Enthaart durch **Exhaarsin**

jetzt wieder das weltberühmte, seit 20 Jahren unerreichte Orig.-Präp. m. neuest. wurzelversieg. Dauerwirkg. Spurlose Totalbeseitg v. **Damenbart, häßlichen Bein- u. Körperhaaren** (Achselhaarwuchs mit schweißmindernder Wirkung). Patentamtl. gesch. Höchste internat. Auszeichn. u. Goldmed. London. Fachärztl. erprobt! Hunderttausende Exhaarsin-Verbraucher (auch Herren) notar. begl. Dankschr. üb. Dauererfolge. Völlig unschädl. von erfrisch. Geruch Pk. **4.00**, extra stark 4.75 Dopp.-Pk. **7.00**, extra st. 7.75 **u. Porto.** Illustr. Prosp. m. Spezial-Beratg. gratis! Herstellg. durch uns. Dr. chem. Vorsicht vor Nachahmg. Nur echt vom

Hygiena-Institut E 14, Berlin W 15

EINE SCHÖNE NASE
IST LEICHT ZU ERHALTEN

Der französische Nasenausrichter (Patent ges. gesch.) verändert rasch, leicht und endgültig, OHNE SCHMERZEN, jede unschöne Nase. Wird nur während der Nacht benützt. Prospekt auf Wunsch kostenlos. Schreiben Sie an:
RECTIFICATEUR NICE-NOSE N° 10
ANNEMASSE (Frankreich)

Wo fehlt eine?

Bei uns alle Schreibmaschinen. Preise stark herabgesetzt für Vorführmaschinen. - Kein Risiko, da Umtauschrecht - Kleine Raten. Fordern Sie Gratiskatalog N 20

NÖTHEL GM + BH CO Deutschlands großes Büromaschinenhaus
Göttingen, Weender Straße 11

Stoßstange dem nächsten Ziel zustreben, ist Autofahren nur mehr eine Anspannung. Es gehört zum Alltag des modernen Menschen, aber es dient nicht der „Entmüdung". Der Hausarzt wird es nur begrüßen, wenn ER sich zum Wochenende frei nimmt. Man bleibt aber dann besser in seinen vier Wänden oder fährt höchstens einige Kilometer zum nächsten Wald, wenn man den Organismus von den Ermüdungsstoffen befreien will. Alles, was darüber hinausgeht, dient nur dazu, die Managerkrankheit heraufzubeschwören. Die eigentliche Wochenenderholung bietet der Spaziergang, den man an die Autofahrt anschließt. Wer aber lieber daheim oder sogar im Bett bleibt, sorgt auch für Entmüdung.

Im Urlaub kuren?

Wenn Männer ganz überarbeitet und hoffnungslos in Termine verstrickt sind, dann wollen sie immer ausspannen, dann träumen sie von einem einsamen Urlaub, von heilsamen Kuren und süßem Nichtstun. Aber wenn es dann soweit ist, haben sie längst die Autokarten bereitgelegt und steuern grimmig entschlossen die Pyrenäen an oder den Polarkreis. Da muß die Frau eingreifen, ehe es zu spät ist. Ein praktischer Vorschlag: Kneippkur — aber ganz anders. Auch ganz woanders! Im Hochgebirge nämlich, z. B. in Oberjoch, tief im hintersten Allgäu, nahe der Tiroler Grenze, dort gibt es Deutschlands höchstgelegenes Kneippheilbad, ohne Massenbetrieb, ohne „Badeort"-Atmosphäre, so recht geschaffen für Individualisten. Der freundliche Badearzt wartet schon . . .

Natürlich kann man — wenn man sich grundsätzlich für eine Kneippkur entschließt und wenn der Arzt damit einverstanden ist — vor allem im Mekka aller Kneippianer baden, im friedlichen und schönen Wörrishofen. Hier entwickelte Pfarrer Kneipp seine Lehre, und alles atmet noch seinen Geist.

Nicht jeder kann oder will nach Wörrishofen. Für den einen ist die Fahrt zu weit, dem anderen fehlen Berge, oder er verlangt nach mehr Abwechslung. Neben Wörrishofen kommen in der Bundesrepublik unter anderem für Kneippkuren in Frage:

Aulendorf in Württemberg
Bergzabern
Berneck im Fichtelgebirge
Boppard am Rhein
Camberg im Taunus
Daun in der Eifel
Endbach
Fallingbostel
Füssen-Faulenbach
Grönenbach im Allgäu
Iburg im Teutoburger Wald
Lauterberg im Harz
Malente-Gremsmühlen
Münstereifel
Neustadt im Schwarzwald
Peterstal im Schwarzwald
Schönmünzach im Schwarzwald
Überlingen
Vallendar am Rhein
Villingen im Schwarzwald
in Österreich:
Schärding
Weißbriach (Kärnten)

Aber nicht jeder Erholungsuchende will kneippen. Nicht jeder benötigt auch eine richtige Kur. Wenn der Arzt keine besonderen Verhaltungsmaßregeln für den Urlaub geben muß, kann man immerhin ein wenig dazu beitragen, den Körper zu entschlacken. Dazu zählt zum Beispiel ein Obsttag in der Woche, den man im Urlaub getrost einschalten kann. Welches Obst man verwendet, ist grundsätzlich egal. Es kommt nur darauf an, daß der Organismus entlastet wird! Auch Atemübungen und Freiluftbäder dienen der rascheren Erholung, vor allem, wenn man sie morgens und abends durchführt. Auch ein paar Löffel Meerwasser täglich können nicht schaden, wenn man an der „Quelle" sitzt.

Wenn wir auch vor jeder Übertreibung im Klimawechsel — Meeresbad und Skilauf an einem Tag — warnen müssen, heißt das nicht, daß man dort, wo eine Seilbahn vorhanden ist, den Klimareiz ganz meiden soll. Für den Gesunden kann es nur zuträglich sein, wenn er die „Klimaschaukel" genießt, ein paar Stunden des Tages in größerer Höhe zu verbringen, als sein Urlaubsort liegt. Er wird dann in der „Tiefe" um so besser schlafen.

Richtige Kuren, was immer sie auch versprechen mögen, sollten Sie aber für einen eigenen Kuraufenthalt vorbehalten. Urlaub soll Urlaub bleiben, zumal jede echte Kur zusätzliche Anforderungen an den Körper stellt.

Für den wirklichen Kur-Aufenthalt, für den Urlaub also, der ausschließlich der physischen Erholung und gesundheitlichen Prophylaxe gewidmet ist, stehen Kurorte und Heilbäder aller Art und aller Kategorien zur Verfügung. Auch das muß kein Urlaub sein, den ER allein verbringt, denn viele Männer werden sich leichter und lieber in den Kurablauf einfügen, wenn ihnen die liebe Gefährtin zur Seite ist.

Sie sehen, der Möglichkeiten sind viele. Hauptsache aber, daß ER Urlaub macht! Tun Sie Ihr Bestes!

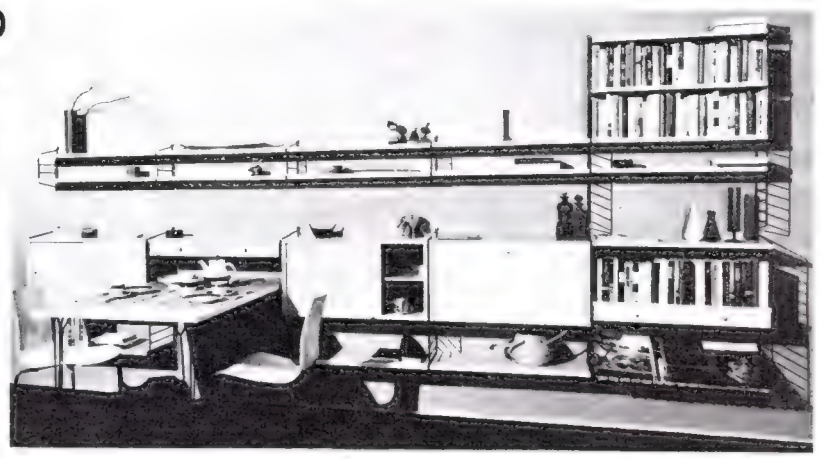
string

string in aktion . . .

nach bedarf ausgewählte string-bauteile bilden ein neues wohnelement. viele borde und kleine schränke, tische usw. — nach wunsch in die leitern einzuhängen — bieten Ihnen alle möglichkeiten.

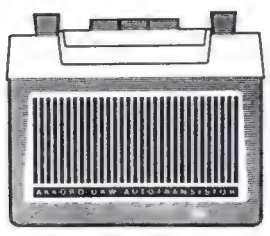
fragen Sie nach dem string-system oder verlangen Sie prospekte bei: deutsche string, münchen 27.

deutsche string



Akkord

UKW-Autotransistor



Der Universalsuper von Weltklasse – einmalig durch überragende Vorzüge
Perfekter Autosuper – hochwertiger Kofferempfänger – handliches Reisegerät

Im Wagen automatisch an Autobatterie, -antenne, -lautsprecher und Verstärkerhalterung angeschlossen. Nur in eine Halterung im oder unter dem Armaturenbrett einschieben – das ist alles.
UKW und Mittelwelle – 12 + 2 Transistoren – Ausgangsleistung ca. 4 Watt –

Keine Beeinträchtigung der Sitzfreiheit. – Mit einem Griff der Halterung entnommen spielt das Gerät über 150 Stunden mit eigenen Batterien.

UKW-Autotransistor DM 298.- Batteriesatz DM 2.-

Beim Fachhandel erhältlich – Prospekt durch

AKKORD-RADIO GMBH · HERXHEIM/PFALZ · DEUTSCHLANDS ERSTE SPEZIALFABRIK FÜR KOFFERRADIO

Glückliche Kinder — glückliche Eltern

Mein Kind schläft so schlecht

Immer wieder klagen Mütter darüber, daß ihre Kleinen nachts „nicht richtig" schlafen. Sie wachen, nachdem man sie mühsam zum Einschlafen gebracht hat, bald wieder auf, machen sich in der Wohnung zu schaffen oder wecken ihre Eltern, weil sie quälende Träume haben. Unser FÜR SIE-Erziehungsberater, Dr. Willy Starck, beschäftigt sich in dem folgenden Beitrag mit den Ursachen dieser Ein- und Durchschlafstörungen, die vielen Eltern so großen Kummer machen.

Als Bernhards Mutter eines Morgens aufstand, machte sie eine Entdeckung, die sie erschreckte: Im Kinderzimmer brannte Licht, doch Bernhards Bettchen war leer. In der hellerleuchteten Küche stand die Tür des Eisschranks weit offen. Die geängstigte Mutter stürzte in das Wohnzimmer, und — dort lag Bernhard auf der Couch und schlief ruhig und fest, ein Messer und eine mit Butter bestrichene, zur Hälfte aufgegessene Scheibe Brot neben sich. Bernhards Vater nahm die Sache nicht allzu tragisch und war fast ein bißchen stolz auf seinen noch nicht vierjährigen Sohn. Bernhard hatte, so fand Vati, mit seinem nächtlichen Streifzug ein erstaunliches Maß an Selbständigkeit bewiesen. Die Eltern ließen es also mit einer liebevollen Ermahnung bewenden.

Als sich dann aber der geschilderte Vorfall Nacht für Nacht wiederholte, waren sie doch ernstlich beunruhigt. War ihr Junge krank? Oder gar nicht normal? Sie überlegten, ob sie mit Bernhard zu einem Arzt oder Psychologen gehen sollten. Aber strotzte Bernhard nicht vor Gesundheit? War er nicht — sah man von seinen nächtlichen Wanderungen ab — ein seelisch völlig ausgeglichenes Kind?

Nun, Bernhard ist kein Einzelfall; es gibt viele Kinder, die mitten in der Nacht aufwachen und dann von Unternehmungslust gepackt werden. Die Wissenschaft hat erkannt, daß Kinder einen anderen Schlafrhythmus haben als wir Erwachsenen. Manche Kinder geben sich damit zufrieden, während ihres nächtlichen Wachseins zu essen oder zu trinken. Andere spielen ein Weilchen oder beschauen sich ihre Bilderbücher. In vielen Fällen kann man durch einen ernsten Verweis dem nächtlichen Treiben der Kleinen ein für allemal Einhalt gebieten. Aber auch wenn man nichts dagegen unternimmt, verlieren sich diese Schwierigkeiten nach einiger Zeit, doch sollte man dafür sorgen, daß die Kinder nachts die Wohnung nicht verlassen können. Gefährliche und zerbrechliche Dinge müssen aus dem Weg geräumt werden. Will man kontrollieren, ob die Kleinen nachts ihr Zimmer verlassen, kann man eine leise Klingel an der Tür des Kinderzimmers anbringen.

Viele dieser Nachtschwärmer jedoch werden zu Quälgeistern, die plötzlich vor dem Bett der Mutter stehen und unterhalten oder ins Bett genommen werden wollen. Es ist zu verstehen, wenn die geplagten Eltern dann einmal die Geduld verlieren. Aber auch diese Störungen sind am ehesten zu beheben, wenn man die Ruhe bewahrt. Medizinisch sind diese Erscheinungen nicht ernst zu nehmen.

Schelte und Strafe schaden nur

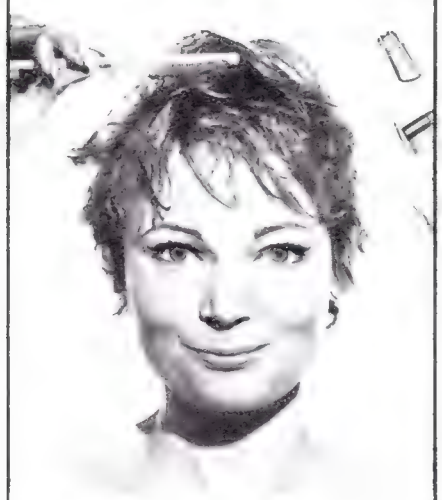
Besonders das drei- oder vierjährige Kind, das sich in zunehmendem Maße mit der Umwelt auseinandersetzt und mit vielen Dingen beschäftigt ist, leidet nachts manchmal unter dem Alleinsein. Da ist es verständlich, daß es der Anwesenheit und des Schutzes der Eltern gewiß sein will. Wenn die Verstörtheit oder Verängstigung nicht zu groß ist, genügt oft schon ein tröstendes Wort, um das Kind dazu zu bringen, in sein eigenes Bett zurückzukehren und wieder einzuschlafen. Man sollte aber auch keine Bedenken haben, ihm seinen Wunsch zu erfüllen und es bei den Eltern schlafen zu lassen. Die Befürchtung, es damit zu sehr zu verwöhnen, besteht nicht zu recht. Mit fortschreitender Entwicklung werden sich auch diese Schwierigkeiten in den meisten Fällen ganz von selbst verlieren. Zumindest kommt die Zeit, da man das Kind mit verhältnismäßig geringer Mühe — vielleicht dadurch, daß man ihm jetzt ein großes

Fortsetzung auf Seite 118

Dieses kleine Kind schläft ruhig und fest. Aber nicht alle Kleinen haben einen solchen Schlaf. Viele wachen nachts wiederholt auf und werden von Unternehmungslust gepackt. Diese Störungen gehen von selbst vorbei. Ernster wird es erst, wenn Ihr Kind unter Angstträumen und nächtlichem Aufschrecken leidet. Die Ursache liegt meist in einer körperlichen Erkrankung oder einer seelischen Unausgeglichenheit. Fast immer kann der erfahrene Kinderarzt helfen. Wenn er nichts findet, sollten Sie einen Psychologen oder Psychotherapeuten um Rat fragen.

Sensationelle Neuheit für den idealen Sitz Ihrer Frisur

9-G-18



Freitag

Nach der Haarwäsche wird Kemform sorgfältig im Haar verteilt.

Samstag

Wie von Zauberhand gelegt, und das Haar ist natürlich, schön und griffig.

Sonntag

Auf der Spazierfahrt können sogar Windstöße der Frisur nichts antun.

Montag

Badezimmer- oder Küchendampf beeinträchtigt die Frisur nicht mehr.

Dienstag

Wundervoll liegen Locken und Wellen, die Frisur sitzt wie am ersten Tag. Wie gut, daß es Kemform gibt!

Mittwoch

Selbst Regentropfen können der Frisur nicht schaden. Das Haar bleibt geschmeidig und frisierwillig.

Donnerstag

Kemform stützt das Haar von der Wurzel bis zur Spitze und gibt ihm so Halt und Form. — Herrlich!

Freitag

Von einer Haarwäsche zur anderen schön gepflegtes Haar . . . auch für Sie, wenn Sie Kemform anwenden.

8 Tage lang wundervoll natürliche Locken und Wellen

Kein Kummer mehr mit der Frisur! Mit Kemform immer vollendet frisiert! Es ist fast wie ein Wunder. Mit Kemform bleibt jede Frisur 8 Tage erhalten. Und es ist so einfach. Man braucht nur nach der Haarwäsche etwas Kemform im Haar zu verteilen. Das ist alles! Alle Locken und Wellen, die mit Kemform gelegt wurden, sehen nachher so vollendet aus, als hätte die Natur sie Ihnen geschenkt! Locken und Wellen, von denen Sie immer geträumt haben, werden Wirklichkeit. Ohne zusätzliche Mühe sind Sie nun jede Woche vorbildlich frisiert.

Jedes gute Fachgeschäft hält Kemform vorrätig und wird Sie gern bedienen. Verlangen Sie auch bei Ihrem Friseur eine Kemform-Behandlung. Er wird Ihr Haar verzaubern — er ist Ihr bester Berater in allen Frisurfragen.

Kein tägliches Aufwickeln der Haare mehr!

Jetzt schlafen Sie endlich bequem — es stören Sie keine Haarwickler mehr! Sie brauchen morgens nur das Haar mit einem leicht mit Wasser angefeuchteten Kamm durchzukämmen, und sofort bekommt Ihre Frisur wieder den tadellosen Sitz wie tags zuvor. Locken und Wellen „springen" förmlich in die Fasson zurück.

Mit Kemform hören die Frisur-Sorgen auf!

Bringen Sie Ihre Frisur in Unordnung so viel Sie wollen, lassen Sie sie vom Wind zerzausen, schlafen Sie darauf, gehen Sie in ein Badezimmer voll Dampf — all das kann Ihrer Frisur nichts mehr anhaben. Kemform sorgt dafür, daß Ihre Locken und Wellen eine ganze Woche lang halten.

Etwas völlig Neuartiges!

Kemform ist ein ganz neues Haar-Kosmetikum, kein Festiger, kein Dauerwellpräparat, kein Spray, kein Haarlack! Es frischt aber jede, sogar schlaffe Dauerwelle wieder auf und gibt Ihrer Frisur so ein lebendiges, natürliches und gesundes Aussehen, wie Sie es sich immer erträumt haben.

Für jedes Haar geeignet!

Durch Kemform bekommt selbst glattes, strähniges oder dünnes Haar duftige Fülle, jugendliche Kraft und wundervollen Glanz. Alle diese Vorteile können Sie sofort erreichen — es kostet fast nichts. Eine Flasche Kemform zu DM 4,80 reicht für 6—7 Wochen.

Kemform ist international getestet und bewährt

Kemform – ein Produkt der Dr. Carl Hahn Kosmetik

Ja, Knorr klare Hühnersuppe ist wirklich delikat - sie schmeckt eben richtig nach Huhn - und sie ist so fein gewürzt, wie ich es selbst nicht besser könnte. Wenn ich meinen Feinschmeckern etwas-Besonderes bieten möchte, dann nehme ich Knorr klare Hühnersuppe. Sie schmeckt einfach köstlich!

Knorr

klare Hühner-suppe

45 Pf neues Rezept

Mein Kind schläft so schlecht

Fortsetzung von Seite 116

Bett gibt — dazu bringen kann, allein zu schlafen. Auf keinen Fall darf man die Kinder mit Schelte, Strafen oder Drohungen erschrecken.

Wirklicher Anlaß zur Sorge besteht jedoch, wenn unser Kind über längere Zeit hin schwer einschläft und des Nachts häufig aufwacht oder an angsterfülltem Aufschrecken leidet. Anhaltenden Schlafstörungen liegt meistens eine körperliche Erkrankung zugrunde; in solchen Fällen ist unbedingt ein Arzt zu Rate zu ziehen. Wenn dieser keine körperlichen Ursachen für die Störungen feststellen kann, wird er Ihnen helfen, andere mögliche Gründe zu finden. Diese werden meist seelischer Natur sein. Vielleicht wird er es für notwendig halten, Sie an einen Psychologen oder Psychotherapeuten zu verweisen.

Angst vor dem Alleinsein

Ingeborg zum Beispiel war acht Jahre alt, als sie zum erstenmal zu mir kam. Seit mehr als einem Jahr konnte sie abends nur schwer einschlafen. Häufig wurde sie nach kurzer Zeit wieder wach, um dann erneut lange Zeit keinen Schlaf finden zu können. Man sah es dem Kind an: Blaß, übernächtigt und mit tiefen Schatten unter den Augen machte es einen erbarmungswürdigen Eindruck. Körperlich war Ingeborg gesund, und auch sonstige Gründe ließen sich zunächst nicht finden. Offensichtlich hatte das Kind zu seiner Stiefmutter — Ingeborgs Mutter war vier Jahre zuvor plötzlich gestorben — ein sehr gutes Verhältnis. Sie wurde liebevoll umsorgt. Erst nach einer längeren Aussprache stellte sich heraus, daß die zweite Mutter des Mädchens sich in ihrer Ehe nicht glücklich fühlte und — ohne es jemals ausgesprochen zu haben — mit dem Gedanken spielte, ihre Familie zu verlassen. Wahrscheinlich hatte Ingeborg die geheimen Gedanken ihrer Stiefmutter gespürt und fürchtete nun, erneut allein gelassen zu werden.

Bei schwerer, nicht körperlich bedingter Schlaflosigkeit kann man immer voraussetzen, daß das betroffene Kind von irgend etwas bedrückt wird, das ihm den Schlaf raubt. Das trifft auch dann zu, wenn das Kind selbst keine Gründe angeben kann. Letzten Endes geht es diesen Kindern genauso wie den Erwachsenen, die auch nicht schlafen können, wenn sie sich bedroht fühlen oder Sorgen haben.

Besonders erschreckend ist es, wenn Kinder nachts häufig von Angstträumen gequält werden. Sie schreien dann plötzlich auf, ohne völlig wach zu sein, oder sie stehen zitternd und schweißgebadet vor den Betten ihrer Eltern und berichten von Gespenstern, die sie verfolgen. Auch diese Schlafstörungen sind ernst zu nehmen. Selbstverständlich dürfen die Kinder in solchen Fällen ihrer Ängste wegen nicht getadelt werden. Es hat auch keinen Sinn, ihnen ihre Ängste ausreden zu wollen oder sie zu „mannhaftem" Betragen anzuhalten. Keinesfalls darf man sie verspotten oder belächeln, denn für das Kind sind die Angstträume grausame Wirklichkeit. Vor allen Dingen sollten wir uns nicht durch die Absurdität dieser Traumgebilde täuschen lassen; denn fast immer sind Ängste, die aus dem Unterbewußtsein des Kindes kommen und in seinen Träumen ihren Niederschlag finden, die Ursache.

Der Psychotherapeut W. Schwidder untersuchte viele Kinder, die durch nächtliches Aufschrecken gepeinigt wurden. Er stellte dabei fest, daß es sich in den meisten Fällen um außerordentlich brave und gefügige Kinder handelte, die ihre natürlichen Widerspruchs- und Angriffskräfte am Tage unterdrücken mußten. Ihre kleinen Probleme aber nahmen sie mit in den Schlaf und wurden dann von ihnen bedrängt.

Nicht jedes Nicht-schlafen-können, nicht jedes nächtliche Aufschrecken und nicht jeder Angsttraum Ihres Kindes ist ein Grund zur Beunruhigung. Viele dieser Schwierigkeiten werden von den Kindern ganz von selbst wieder überwunden. Wenn es Ihnen aber nicht gelingt, Ihr Kind durch tröstenden Zuspruch zu beruhigen, dann sollten Sie mit Hilfe eines Arztes die Ursachen dieser Störungen suchen. Nur so kann Ihnen, Ihrer Familie und vor allem Ihrem geplagten Kind geholfen werden.

Vier praktische Ratschläge

1. Wenn Ihr Kind in der Nacht wiederholt aufwacht und Streifzüge durch die Wohnung unternimmt, so ist das kein Grund zur Beunruhigung. Diese Erscheinung ist normal. Diese Schlafschwierigkeiten verlieren sich meist von selbst. In manchen Fällen genügt eine ernste Ermahnung.

2. Leidet Ihr Kind unter anhaltenden Schlafstörungen, so müssen Sie die Ursache zunächst in einer körperlichen Erkrankung suchen. Gehen Sie unbedingt zu einem Kinderarzt. Schelte und Strafe nützen nicht.

3. Kann der Arzt kein körperliches Leiden feststellen, sind die Schlafstörungen Ihres Kindes seelisch bedingt: es fühlt sich aus irgendeinem Grunde bedrückt. Auch hier hilft kein Schelten. Wenn es Ihrem liebevollen Verständnis nicht gelingt, den Grund dieser Bedrücktheit zu finden, sollten Sie einen Psychologen oder Psychotherapeuten um Rat fragen.

4. Wenn Ihr Kind wiederholt nachts von Angstträumen gequält wird oder sich von schrecklichen Traumgestalten verfolgt fühlt, so sollten Sie dies sehr ernst nehmen. Man darf diese geplagten Kinder nicht verspotten oder belächeln, sondern muß versuchen, vorsichtig die Ursachen dieser Ängste zu finden und zu beseitigen.

Rechtskunde des Alltags

Die Versicherung will nicht zahlen

Das kann auch Ihrem Mann passieren: Sein Wagen wird bei einem Verkehrsunfall, an dem Ihr Mann keine Schuld hat, schwer beschädigt. Kann Ihr Mann damit rechnen, daß er die Kosten für einen Mietwagen ersetzt bekommt? Der FÜR SIE-Rechtsberater, Rechtsanwalt A. Kionke, informiert Sie über einen solchen Fall, in dem das Gericht ein folgenschweres Urteil fällte.

Dr. B. will zu seinem Wagen gehen, der auf dem Mittelstreifen der Straße abgestellt ist. Da rast ein Sportwagen heran. Er will eine Taxe überholen. In diesem Augenblick aber weicht die Taxe einem gerade anfahrenden Lieferwagen aus. Ein Zusammenstoß scheint unvermeidlich. Der Sportwagen-Fahrer tritt hart auf die Bremse, sein Auto schleudert, gerät auf den Mittelstreifen und kracht gegen den Pkw von Dr. B.

Beide Fahrzeuge sind erheblich beschädigt. Blaß, aber unverletzt steigt ein junger Mann aus dem Sportwagen. Anstandslos gibt er Dr. B. seine Adresse und nennt seine Haftpflichtversicherung. Dann will er sich entfernen.

„Halt, mein Herr, Sie bleiben und warten, bis die Polizei eintrifft, die ich soeben verständigen ließ", sagt Dr. B., „oder wollen Sie Fahrerflucht begehen?"

„Ich denke nicht daran", antwortet der junge Mann, „ich habe Ihnen ja meine Adresse gegeben. Außerdem bleibt mein Wagen mit dem polizeilichen Kennzeichen zurück. Was wollen Sie, ich gebe zu, ich bin schuld an dem Unfall. Das können Sie auch schriftlich haben. Warum soll ich da noch hierbleiben? Lassen Sie mich gehen!"

„Nein! Erst muß die Polizei den Tatbestand aufgenommen haben. Auch wenn ich Adresse und Schuldbekenntnis von Ihnen habe, begehen Sie Fahrerflucht, wenn Sie den Schauplatz ohne Not verlassen. Außerdem erscheint mir eine polizeiliche Tatbestandsaufnahme sicherer als Ihr Schuldbekenntnis, das Sie nachher womöglich anfechten."

Der junge Mann will aufbegehren, da legt ihm ein Polizist die Hand auf die Schulter: „Bleiben Sie ruhig, der Herr hat recht. Jeder, der in einen Verkehrsunfall verwickelt ist, muß das Eintreffen der Polizei abwarten, wenn mit deren Erscheinen zu rechnen ist — sonst begeht er Unfallflucht."

Indessen hat ein anderer Polizeibeamter den Unfall aufgenommen. Die beiden Wagen werden in eine Reparaturwerkstatt gebracht. In den nächsten Tagen melden die Eigentümer den Unfall ihren Versicherungen. Dr. B. erfährt von seiner Versicherung, daß der Wagen untersucht werde und sie wieder von sich hören lasse.

In den folgenden Wochen mietet Dr. B. für seine beruflichen Fahrten einen Ersatzwagen, dessen Kosten er von dem jungen Mann bzw. von dessen Versicherung ersetzt bekommen möchte. Da Dr. B. das Ergebnis der Sachverständigen-Untersuchung immer noch nicht erfährt, fragt er bei der Versicherung an. Aber er erhält keine befriedigende Antwort.

Als die Mietkosten für den Ersatzwagen 2000,— DM überschritten haben, läßt die Versicherung endlich von sich hören. Sie schreibt, daß der Sachverständige Totalschaden festgestellt habe, eine Reparatur des Wagens lohne nicht mehr.

Daraufhin kauft Dr. B. einen neuen Wagen und verlangt von der Versicherung den Kaufpreis und gleichzeitig die Kosten für das Mietauto erstattet. Er weist darauf hin, daß derjenige, der einen Verkehrsunfall verschuldet hat, dem Geschädigten alle dadurch entstandenen Schäden ersetzen muß. Da die Haftpflichtversicherung für den Schuldigen eintreten müsse, habe sie auch die Kosten für den Mietwagen zu tragen; denn er brauche für die Ausübung seines Berufs dringend ein Auto. Hätte er gewußt, daß sein Wagen vom Sachverständigen der Versicherung als totalbeschädigt eingeschätzt würde, hätte er natürlich sogleich einen neuen Wagen gekauft und nicht wochenlang ein Mietauto benutzt.

Aber die Versicherung will nicht zahlen. Ihrer Meinung nach hätte sich Dr. B. selbst um den Zustand des Wagens kümmern sollen.

Dr. B. erhebt Klage.

Wie mag wohl das Gericht entscheiden?

Das Urteil setzt Dr. B. in Erstaunen: Sein Antrag auf Ersatz der Mietkosten wird abgelehnt. Das Gericht weist Dr. B. darauf hin, daß er sich selbst bei der Werkstatt hätte erkundigen sollen, ob sich eine Reparatur noch lohne. Anschließend hätte er der Versicherung eine Frist zur Untersuchung des Wagens stellen und dann ein Ersatzauto kaufen sollen.

Das Gericht sieht es als untragbar an, daß sich Dr. B. auf die Ausführung der Maßnahmen verlassen hatte, die von der Versicherung angekündigt worden waren, und viele Wochen hindurch ein Auto mietete. Dadurch seien sehr hohe Kosten entstanden, die durch den Ankauf eines eigenen Wagens zu vermeiden gewesen wären.

Was aber zu vermeiden ist, muß vom Geschädigten vermieden werden. Dazu verpflichtet ihn das Gesetz. Richtet er sich nicht danach, dann braucht ihm der Ersatzpflichtige jene Schäden nicht zu ersetzen, die zu vermeiden gewesen wären.

Diese Ansicht des Gerichts ist bemerkenswert. Denken Sie daran, wenn Sie selbst einmal in einen solchen Fall verwickelt sind.

A. Kionke

Kochen macht mir immer wieder Freude, und aus Erfahrung weiß ich ganz genau, wie und womit ich kochen muß, damit es allen schmeckt. Mein Erfolgsrezept? Ganz einfach: Knorr klare Fleischsuppe - in ihr ist alles drin, was man zu einer herzhaften Fleischsuppe braucht. Da schmeckt man so richtig Saft und Kraft des Fleisches - und das ist wichtig!

Knorr klare Fleisch-suppe

40 Pf

Machen Sie mit im großen Knorr-Quiz 1962

1. Preis: 20 Zentner Geld = 25 000 DM - Ein Prachtochse wird in 10-Pfennigstücken aufgewogen - 2000 weitere wertvolle Gewinne - Teilnahmescheine liegen für Sie bei Ihrem Kaufmann bereit - denken Sie bei einem Ihrer nächsten Einkäufe daran!

Frei und unbeschwert auch im Ramona

UMSTANDSMIEDER

Baby hat sich angemeldet!

Jetzt heißt es für die junge Mutter: auf gesunde Körperhaltung achten. Das neue RAMONA-Umstandsmieder Bambino (4282) schenkt körperliches Wohlbefinden. Es ist 6-mal verstellbar und paßt sich so jeder Körperweite vollendet an.

Es stützt sanft, ohne einzuengen, es hält die Bauchmuskulatur kräftig, weil es sie nicht stillegt. Mit einer zusätzlichen glatten Vorderplatte auch nach der Geburt zu tragen.

Bezugsquellennachweis durch Fa. Wwe. Carl Fischer K.-G. Wuppertal-Barmen

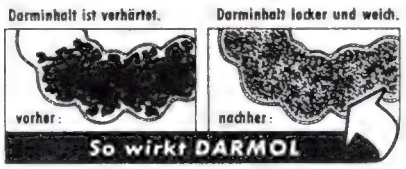
Täglich 1mal... sonst DARMOL

Jeder Arzt bestätigt es,

wie wichtig und notwendig eine regelmäßige Verdauung ist; denn träger Stuhlgang kann mancherlei Beschwerden zur Folge haben. Man wird mißmutig, reizbar, arbeitsunlustig. Oft stellen sich Kopfschmerzen ein, die Haut neigt zu Unreinheiten, man nimmt zu. Auch Störungen des Stoffwechsels, Hämorrhoiden usw. sind häufig auf Verstopfung zurückzuführen.
Täglich einmal . . . das ist das mindeste! Dazu verhilft DARMOL zuverlässig und auf ganz milde Weise.

Das Besondere an DARMOL

Die kleinen DARMOL-Täfelchen sind nicht ohne Grund aus Schokolade; denn dieser rein pflanzliche, wohlschmeckende Wirkstoffträger sorgt für eine gleichmäßige Verteilung aller Wirkstoffe über die Darmwände.



DARMOL regt mild die Darmbewegung an, es fördert die natürliche Schleimbildung und erweicht den Darminhalt. So sorgt DARMOL für müheloses Abführen. Selbst bei hartnäckiger Verstopfung regelt DARMOL die Darmfunktionen auf natürliche Weise. Auch für Kinder ist DARMOL völlig unschädlich.

Darum der gute Rat: Nimm DARMOL, Du fühlst Dich wohl

Mehr Erfolg im Garten

Von „Luxusgeschöpfen" im Obstgarten möchte Ihnen heute unser Experte Dir. K. J. Maurer berichten. Er würde sich freuen, wenn auch Sie, lieber Freund des Obstbaus, seinen Rat befolgten: Schauen Sie sich einmal in Ihrem Garten um, ob sich dort nicht noch ein Plätzchen findet für die bescheidenen — und gar nicht so nutzlosen —

Zieräpfel: Eine Augenweide im Frühling und Herbst

Die Zierformen des Apfels sollten in keinem größeren Garten fehlen. Zierapfelbäume können einzeln am Rande des Gartens stehen oder als lockere Hecke angepflanzt werden. Am schönsten jedoch wirken einzeln stehende Bäume oder bunte Gruppen. Mit ihrer reichen Blütenpracht zieren sie den Garten im Frühjahr; im Spätsommer und Herbst tragen sie farbige, formenreiche Früchte, die nicht nur schön anzuschauen sind, sondern auch ein gutes Gelee geben, weil sie sehr viele Pektinstoffe enthalten. Sie lassen sich auch gut mit anderen Früchten mischen, die selbst zuwenig Pektin aufweisen und darum schlecht gelieren. Zum Rohgenuß eignen sich die Früchte unserer Zierapfelbäume nicht.

Lassen Sie die Früchte am Baum, so finden sich andere Liebhaber dafür: Die bei uns überwinternden Vögel schätzen sie als vitaminreiche Kost.

Aus der großen Zahl dekorativer Apfelsorten möchte ich Ihnen besonders empfehlen:

Malus baccata „Lady Ilgen" mit schönen, rotgeflammten, 3—5 cm großen Früchten;

Malus nigra mit dunkelroten, bis 3 cm großen Früchten;

Malus floribunda mit zartrosafarbenen Blüten und erbsengroßen, gelbroten Früchten;

Malus rinki mit blaßlila und rosafarbenen Blüten und gelblichen Früchten, die sich sehr gut zur Geleebereitung eignen;

Malus prunifolia mit schönen, rosafarbenen Blüten und 2 cm großen, gelb-

roten Früchten. Hiervon gibt es mehrere Spielarten;

Malus Dartmouth mit sehr dekorativen, bis 4 cm großen, dunkelroten und bläulich bereiften Früchten, die sehr gut gelieren;

Malus niedzwetzkyana mit dunkelrosafarbenen Blüten und großen, eßbaren, dunkelroten Früchten;

Malus purpurea mit karminroten, bis 3 cm breiten Blüten und dunkelroten, kirschgroßen, langgestielten Früchten. Der Baum ist von kräftigem Wuchs;

Malus zumii, ein kleiner Baum oder Busch mit weißen Blüten und vielen kleinen, kugelartigen, gelbroten Früchten.

Normalerweise nehmen Zierapfelbäume nicht mehr als 6—8 qm Fläche in Anspruch.

Die Zierapfelbäume stellen keine hohen Anforderungen an den Standort. Alle erwähnten Sorten sind frostsicher. Der Boden soll möglichst tiefgründig, ausreichend feucht und humusreich sein. Sind die Pflanzen einmal gut angewachsen, bereiten sie Ihnen kaum noch Arbeit. Besonders angenehm ist für Sie: Zierapfelbäume bedürfen keiner Pflanzenschutzmaßnahmen und brauchen nicht geschnitten zu werden. Sie sehen also, daß Zierapfelbäume sehr anspruchslose „Luxusgeschöpfe" sind.

Wenn der Flieder nicht mehr blüht . . .

Fliedersträucher sind in unseren Gärten sehr beliebt. Bestimmt haben auch Sie, lieber Gartenfreund, Flieder in Ihrem Garten. Kam es bei Ihren Sträuchern auch schon vor, daß nur sehr wenige und kleine Blütenstände ansetzten? Daß der Flieder nicht mehr blühte?

Woher rührt das? Meistens liegt es daran, daß Sie versäumt haben, in jedem Jahr nach der Blüte alle Blütenstände abzuschneiden. Dann bilden sich Fruchtstände mit Samen. Die Samenbildung aber verlangt von der Pflanze viel Kraft, Nahrung und Energie; der Strauch verausgabt sich und kann nur noch wenige oder gar keine Blütentriebe mehr bilden.

Schon oft sah ich die Schoten der Fruchtstände des Vorjahres bis zur neuen Blüte an den Sträuchern hängen. Hier kam die Pflege offensichtlich zu kurz. Auch wenn Sie die Fliederblüten am Strauch lassen, sollten Sie die Blütenstände nach der Blüte entfernen. Dann wird Ihr Flieder im nächsten Jahr groß und prächtig.

Ihr

Vorfreude . . . auf den Sommer,

den Urlaub, das Baden —

auf die bezaubernden Bademoden

von Heinzelmann Orchidee,

auf Modelle

aus Minicare Stoffen:

so elegant und

herrlich leicht zu pflegen.

Heinzelmann Orchidee

Strandjacke Daniele DM 31.–

Badeanzug Dixi DM 39.75

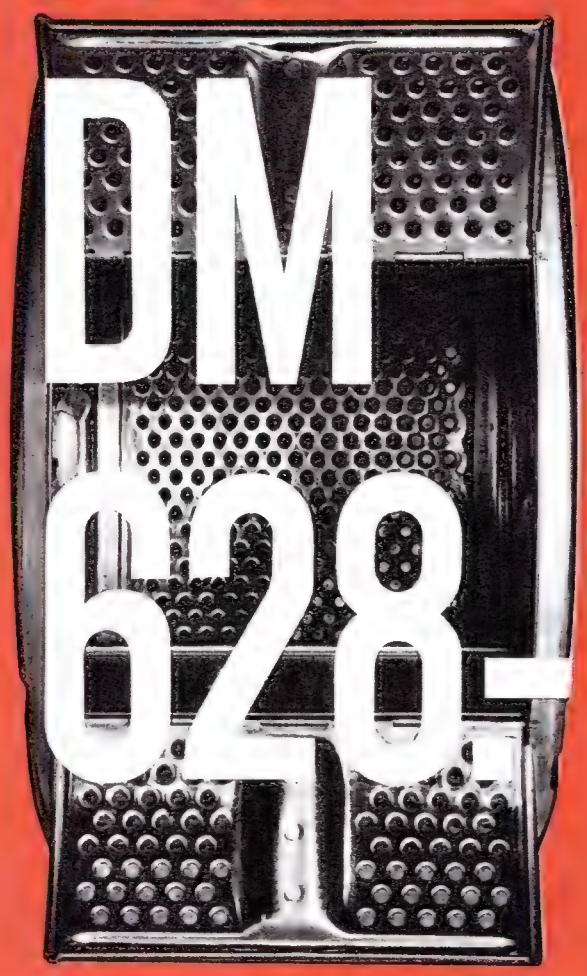
Minicare Stoff: METTLER *& Co. AG, St. Gallen*

SWISS Minicare®

® = *Registriertes Warenzeichen*

Fordern Sie kostenlose Prospektübersendung B von ORCHIDEE-GESELLSCHAFT MBH, *Fürstenfeldbruck/Obb.*

NUR



DM

628.–

Zu diesem Preis gibt es überhaupt keine andere Trommel-Waschmaschine mit den speziellen Vorzügen der neuen ZANKER-E 5: Edelstahl „rostfrei"! Frei auf Rollen beweglich! Bequeme Beschickung von oben! Einfachste Anschlüsse für Strom- und Wasserversorgung! Preis und Qualität machen die neue ZANKER-E 5 zu der Waschmaschine, von der jede Hausfrau restlos begeistert ist. Spezialprospekt kostenlos. Postkarte genügt!

HERMANN ZANKER KG, ABT. A 7, TÜBINGEN-WEST

Schweiz: Heinrich Heussler, Zürich 2, Tödistraße 26 – Österreich: Ing. Ferd. Kruntorad, Wien IV, Schleifingasse 26 – Vorarlberg: Bertram Bartel, Hard, Wiesweg 4 – Luxemburg: Sogel, S. A. 25, Avenue Michel Rodange.

ZANKER

Fräulein Hedwig ist Rentnerin. Noch nicht lange. Vor wenigen Monaten noch arbeitete sie als Angestellte einer Versicherungsgesellschaft. Dann wurde sie wegen Erreichen der Altersgrenze pensioniert. Am letzten Arbeitstag feierte sie mit den Kollegen, mit denen sie zum Teil jahrzehntelang zusammengearbeitet hatte, ein kleines Fest. Es gab Kaffee und Kuchen, und alle waren sehr freundlich zu Fräulein Hedwig. Der Chef drückte ihr herzlich die Hand und wünschte ihr für den Lebensabend alles Gute. Fräulein Hedwig ging zum letztenmal durch die Räume, die sie so gut kannte, sah zum letztenmal die wohlbekannten Gesichter der Kolleginnen und Kollegen. Dann schritt sie am Portier vorbei und verließ das große Bürohaus. Allein ging sie den Bürgersteig entlang. Jetzt war sie nicht mehr Versicherungsangestellte, jetzt war sie also Rentnerin.

Zunächst fühlte sich Fräulein Hedwig in dieser Rolle ganz wohl. Sie arbeitete auf, was daheim liegengeblieben war. Sie nahm sich die Bücher vor, die sie schon immer hatte lesen wollen. Sie ging im Park spazieren und genoß die warmen Strahlen der Herbstsonne.

Aber je mehr das Jahr seinem Ende entgegenging, je kürzer die Tage wurden, desto unglücklicher fühlte sich Fräulein Hedwig. Sie hatte niemanden, für den sie sorgen konnte, und niemanden, der sich um sie kümmerte, der sie fragte: „Wie geht es dir?" oder eine Tasse Kaffee mit ihr trank; denn ihre Angehörigen und Freunde wohnten in einer anderen Stadt. Fräulein Hedwig fühlte sich einsam und überflüssig. Sie wollte wieder unter Menschen sein, mitten in der Gemeinschaft stehen und etwas Nützliches leisten. Sie sehnte sich nach ihrer früheren Arbeit, bei der sie das alles gefunden hatte, und sie entschloß sich, wieder zu arbeiten.

So wie Fräulein Hedwig geht es vielen. Nicht alle Rentnerinnen oder Rentner sind froh, daß sie nicht mehr arbeiten müssen. Sie suchen sich wieder eine Arbeit. Im Zeichen des Personalmangels wird dieser Entschluß von vielen Unternehmern begrüßt. Wer aber als Rentnerin oder Rentner wieder arbeiten will, muß sich fragen: Verliere ich dann nicht meine

Wenn Rentnerinnen wieder arbeiten wollen

Im Zeichen des Arbeitskräftemangels erhalten auch Rentnerinnen und Rentner Gelegenheit zu arbeiten. Viele nehmen diese Chance wahr. Sie füllen so ihre Kassen auf und erhalten das Gefühl, wieder etwas Nützliches zu leisten. Doch verlieren sie dann nicht ihre Rente — ganz oder teilweise? Wenn Sie als Rentnerin wieder arbeiten wollen, empfehlen wir Ihnen: Lesen Sie den folgenden Bericht. FÜR SIE klärt Sie darin über alle wichtigen Bestimmungen auf.

Sie strickt Strümpfe für die Enkelkinder – nicht alle Rentnerinnen sind mit dieser Tätigkeit zufrieden.

Rente — ganz oder teilweise? Das hängt davon ab, was für eine Rente bezogen wird.

Rente wegen Berufsunfähigkeit

In diesem Falle erhalten Sie vorzeitig Rente, weil Ihre Erwerbsfähigkeit infolge Krankheit, Gebrechen oder Schwäche auf weniger als die Hälfte herabgesunken ist. Solche Rentnerinnen und Rentner dürfen grundsätzlich noch arbeiten und Geld verdienen. Doch darf der Verdienst höchstens die Hälfte dessen betragen, was ein vergleichbarer Arbeiter oder Angestellter verdient. Ist der Verdienst höher, kann die Berufsunfähigkeit abgesprochen und die Rente entzogen werden. Nehmen Sie eine tarifgebundene Beschäftigung an, dürfen Sie nur halbtags arbeiten.

Im Ausnahmefall können Sie auch ganztägig arbeiten, ohne die Rente zu verlieren. Das ist dann möglich, wenn Ihnen die Beschäftigung, die Sie angenommen haben, auf Grund Ihrer Ausbildung oder Ihres früher ausgeübten Berufes nicht zugemutet werden kann.

Fortsetzung auf Seite 124

5d

Natürliche Anmut - die Forderung der Mode dieser Saison. Der Royal Look - ein neues Wort für chic - leicht - bequem. Der Royal Look, die neue Mieder-Mode aus dem Hause Felina, gibt jeder Frau, was unsere Zeit verlangt: natürliche Anmut, Sicherheit, Eleganz. Der Royal Look erfüllt alle modischen und persönlichen Wünsche: In verschiedenen Farben, Größen und Weiten gibt es kurze und lange Büstenhalter, Gummischlüpfer, Miederhöschen und Corselets.

Ihr Einzelhändler, bei dem Sie auch den neuen farbigen Prospekt bekommen, zeigt Ihnen gern die verschiedenen Modelle des Royal Look und deren Vorzüge.

felina

Neuer Frühling, neue Farben
— auch in der Strumpfmode.
tilly, aktuell wie immer,
bringt MANDEL und
APRICOT. Hellere,
sonnigere Töne also.
Sehr chic, sehr apart. Wie schön,
daß ein Qualitätsstrumpf
wie tilly heute kein
Luxus mehr ist!
Aus dem tilly-Programm:
tilly Roulette DM 4,90
tilly Ninette DM 3,90
tilly Pirouette DM 2,95
tilly Standard DM 1,95

Wenn Rentnerinnen wieder arbeiten wollen

Fortsetzung von Seite 123

Da ist zum Beispiel Frau W. Sie ist erst 58 Jahre alt und erhält vorzeitig Rente, weil sie wegen eines Augenleidens nicht mehr im Büro arbeiten kann. Frau W. wollte trotzdem die Hände nicht in den Schoß legen, sondern selbst etwas zu ihrem Lebensunterhalt beitragen. Sie nahm eine Stelle als Küchenhilfe in einem Ausflugslokal an. Während der Saison arbeitete sie dort den ganzen Tag, ohne ihre Rente zu verlieren. Da sie vorher eine Büroangestellte war, könnte ihr die Arbeit als Küchenhilfe an sich nicht zugemutet werden. Wenn sie eine solche Tätigkeit dennoch ausübt, wird ihre Rente nicht beeinträchtigt.

Rente wegen Erwerbsunfähigkeit

Hier gelten andere Bestimmungen. Sie sind nach Auffassung des Vertrauensarztes für absehbare Zeit nicht in der Lage, regelmäßig zu arbeiten. Gewiß dürfen auch Sie einem Erwerb nachgehen, der Ihnen geringfügige Einkünfte verschafft. Aber halbtags oder gar ganztägig arbeiten — das dürfen Sie nicht. Damit würden Sie nämlich beweisen, daß Sie gar nicht erwerbsunfähig sind. Sie würden die Rente verlieren.

Rentenempfänger wegen Erwerbsunfähigkeit werden von Zeit zu Zeit überprüft. Stellt sich dabei heraus, daß sie zwar nicht mehr erwerbsunfähig, wohl aber noch berufsunfähig sind, wird ihre Erwerbsunfähigkeits-Rente in eine Berufsunfähigkeits-Rente umgewandelt. Das bedeutet: Sie erhalten weniger Geld.

Empfänger von Sozialrente

Erhalten Sie eine Sozialrente, weil Sie das 65. Lebensjahr vollendet haben, dann gelten Sie als Altersruhegeld-Empfänger. Sie dürfen stundenweise, halbtags oder ganztägig arbeiten — solange wie Sie wollen. Und Sie dürfen auch verdienen, soviel Sie wollen und können. Ihre Rente wird in jedem Fall voll ausgezahlt.

Empfänger von Witwenrente

Für Witwen gelten im allgemeinen die gleichen Bestimmungen wie für Empfänger von Altersruhegeld. Sie dürfen jede Tätigkeit ausüben und jede Summe verdienen, ohne ihre Rente zu verlieren.

Doch gibt es eine Ausnahme: die Witwen unter 45, die keine waisenrentenberechtigten Kinder haben. Ihre Rente ist niedriger als die der anderen Witwen. Können sie durch einen Vertrauensarzt feststellen lassen, daß sie berufsunfähig sind, haben sie zwar Anspruch auf eine höhere Rente, gleichzeitig aber gelten für solche Witwen dann die gleichen Bestimmungen wie für die anderen Empfänger der Berufsunfähigkeits-Rente. Das gilt auch entsprechend für Witwen, die erwerbsunfähig sind.

Noch ein nützlicher Hinweis: Wer eine erhöhte Witwenrente erhält, kann die Berufs- oder Erwerbsunfähigkeits-Rente aus der eigenen Versicherung beantragen — wenn dafür mindestens 60 Monatsbeiträge gezahlt worden sind.

Wichtig für Kriegerwitwen

Wenn Sie Kriegerwitwe sind und die Rente nach dem Bundesversorgungsgesetz erhalten, brauchen Sie bei der Wahl der Beschäftigung auf nichts Rücksicht zu nehmen. Auch wenn Sie sehr viel Geld verdienen, verlieren Sie die Grundrente nicht.

Anders ist es, wenn Sie Ausgleichsrente bekommen. Wenn Sie dann arbeiten — auch ganztägig —, büßen Sie je nach der Höhe Ihres Lohnes oder Gehalts einen Teil der Ausgleichsrente ein. Doch sind die Anrechnungsbestimmungen so günstig, daß sich die Arbeit für Sie immer noch lohnt. Von dem Netto-Arbeitseinkommen einer Kriegerwitwe bleiben nämlich 100 DM monatlich frei, und von dem darüber hinausgehenden Betrag werden bei der Feststellung der Ausgleichsrente nur 50 Prozent berücksichtigt.

Hier wieder ein Beispiel: Der Mann von Frau H. ist im Krieg gefallen. Die Witwe erhält eine Ausgleichsrente. Da sie ihre Kasse ein wenig auffüllen will, arbeitet sie ganztägig in einer Schokoladenfabrik. Sie verdient 250,— DM netto im Monat. Davon werden Frau H. monatlich nur 75,— DM auf die Ausgleichsrente angerechnet. So sieht die Berechnung aus:

250,— DM
— 100,— DM
150,— DM; davon
50 Prozent = 75,— DM.

Das vorgezogene Altersruhegeld

Sie erhalten das vorgezogene Altersruhegeld, wenn Sie das 60. Lebensjahr vollendet haben und eine einjährige Arbeitslosigkeit nachweisen können. Auch weibliche Versicherte erhalten diese Rente, wenn sie 60 Jahre alt sind, in den letzten 20 Jahren überwiegend versicherungspflichtig beschäftigt waren und nicht mehr arbeiten. Sie verlieren ihre Rente jedoch, sobald sie wieder einer geregelten Arbeit nachgehen. Sie dürfen also lediglich eine gelegentliche Aushilfsbeschäftigung übernehmen — zum Beispiel als Verkäuferin während des Schlußverkaufs.

Empfänger von Waisenrente

Obgleich in diesem Bericht im wesentlichen von Rentnerinnen die Rede ist, sollen in diesem Zusammenhang doch auch die Empfänger von Waisenrente behandelt werden. Nach der bestehenden gesetzlichen Regelung (Reichsversicherungsordnung und Angestelltenversicherungsgesetz) müssen die Versicherungsanstalten die Waisenrente bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres zahlen, und zwar ohne jegliche Einschränkung. Das bedeutet: Empfänger von Waisenrente können arbeiten und verdienen, was und wieviel sie wollen. Ihre Rente verlieren sie nicht. Die Waisenrente wird sogar auch dann noch bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres gezahlt, wenn eine Waise mit 17 Jahren heiratet.

Liebe Leserin, Sie sehen also: Als Rentnerin können Sie sehr wohl noch arbeiten und Geld verdienen, ohne Ihre Rente zu verlieren.

Der Büchertip FÜR SIE

Nützliche Ratgeber für Urlaub, Haus und Garten

„Urlaub in den deutschen Alpen“, von Erica Schwarz, 192 S., 5,50 DM, und **„Urlaub an der Riviera“,** von Heinz Görz, 192 S., 4,80 DM, beide erschienen in der Reihe Bertelsmann-Reiseführer, C. Bertelsmann Verlag, Gütersloh.

Das sind zwei Bücher für Reiselustige. Sie beschreiben das Ferienparadies zwischen Lindau und Passau bzw. führen in die weltbekannten Luxusorte und in die kleineren Rivierabäder, die gar nicht so teuer sind.

„Autobahnführer“, von H. Messerschmidt, Bertelsmann-Reiseführer, C. Bertelsmann Verlag, Gütersloh, 192 S., 4,80 DM.

Wann kommt die nächste Raststätte? Wie heißt der Fluß da unten? Wo liegen die Gefahrenstellen? Auf solche Fragen erhält der Autobahnfahrer in diesem Buch eine Antwort.

„Guter Ton für alle Tage“, von Gertrud Oheim, C. Bertelsmann Verlag, Gütersloh, 192 Seiten, 5,50 DM.

Über die Kunst, auch im Beruf mit seinen Mitmenschen freundlichen Umgang zu pflegen, gibt die Autorin in vergnüglichem Plauderton scharmante Ratschläge für alle, die sich stets korrekt, aber nicht steif benehmen wollen. Dieser Band erschien in der neuen Reihe „Kleine Ratgeber“.

„Der gute Gastgeber“, von Roland Göödck, C. Bertelsmann Verlag, Gütersloh, 192 Seiten, 5,50 DM. Ebenfalls erschienen in der Reihe „Kleine Ratgeber“.

Dieser Helfer für den idealen Gastgeber ist nicht nur amüsant zu lesen, sondern bietet auch eine Fülle praktischer Nachschlagemöglichkeiten. 30 Fotos, 40 Zeichnungen, Anekdoten und Erzählungen ergänzen den sachlichen Stoff.

„Rechnen im Selbstunterricht“, von K. Wolter und W. Baehr, Falken-Verlag E. Sicker, Darmstadt, 328 S., Leinen, 12,— DM.

Wenn Sie Ihren Kindern bei den Rechenaufgaben helfen wollen, finden Sie Unterstützung in diesem Buch. Es enthält einen vollständigen Lehrgang aller gebräuchlichen Rechenarten.

„Bewerbungsformen — Bewerbungsbriefe — Berufserfolg“, von W. Manekeller, Falken-Verlag E. Sicker, Darmstadt, 229 S., Leinen, 12,80 DM.

Wenn Sie oder Ihr Mann beruflich vorankommen wollen, finden Sie in diesem Buch Hilfe. Der Verfasser zeigt viele Wege auf, die zum „richtigen“ Posten führen können. Zahlreiche Beispiele helfen Ihnen, Bewerbungsschreiben und Lebensläufe richtig abzufassen.

„Der Gartenpraktikus“, hrsg. von Joachim K. Gassner, Falken-Verlag E. Sicker, Darmstadt, 316 S., viele Zeichnungen und Fotos, Leinen, 16,80 DM.

Gartenfreunde erhalten in diesem Handbuch eine Fülle von Ratschlägen — von der Planung des Gartens bis zur Obst- und Gemüseernte. Die monatlichen Arbeits- und Pflegepläne geben wichtige Hinweise.

. . . . **zur täglichen Schönheitspflege:** Placentubex C Cosmetic-Creme
Wundervoll zart und weiß ist diese neue, feine Cosmetic-Creme - mit bezaubernd frischem Duft - und mit der weltbekannten Placentubex-Wirkung gegen bestehende und kommende Fältchen. Placentubex C läßt die Spuren des Alltags aus Ihrem Gesicht verschwinden.

Ihre Haut wird auf natürliche Weise belebt und gepflegt - morgen schon, wenn Sie heute mit Placentubex C beginnen.

Und für die spezielle Kosmetik: nach wie vor Placentubex, das fettfreie Kur-Kosmetikum gegen Fältchen und für eine nachhaltige Auffrischung bei müder, abgespannter oder nicht mehr ganz jugendfrischer Haut.

Jünger aussehen durch die biologische Placentubex-Wirkung

Aus der Merz-Kosmetik: Placentubex C DM 8,85, Placentubex DM 8,85, Creme Sevilan DM 3,80 • Gesichtswasser Sevilan mit Placentubex-Auszug DM 3,60 und Seife Sevilan mit Placentubex-Auszug DM 1,50 • Merz & Co., Frankfurt/M., Eckenheimer Landstr. • Berlin • Zürich

Schlank durch -minus
Fragen Sie danach in Apotheken und Drogerien

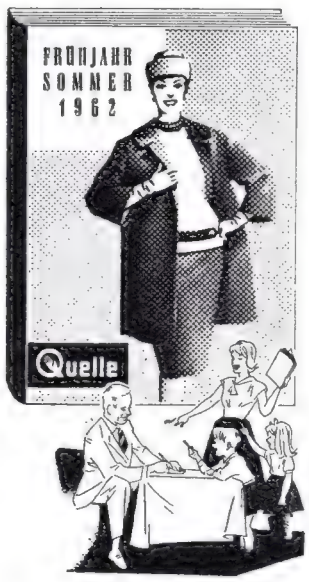
Der neue Quelle-Katalog ist für Sie bares Geld wert!

Für viele Millionen Quelle-Kunden steht eines fest: vor jeder Einkaufsentscheidung wird der Quelle-Katalog befragt. Klipp und klar, auf Mark und Pfennig genau gibt er Auskunft darüber, was eine Ware kosten darf. Deshalb ist jeder Quelle-Katalog, Seite für Seite, bares Geld wert. Falls Sie den Quelle-Katalog noch nicht haben, schreiben Sie sofort eine Postkarte an die Quelle.

Bequeme Teilzahlung - Kauf ohne Risiko - volle Rücknahmegarantie!

Glücklich, wer den Quelle-Katalog besitzt - klug ist, wer ihn richtig nützt!

Quelle
GROSSVERSANDHAUS
Abt. A 14 FÜRTH/BAY.



GMINDER
Halblinnen

Großes Gminder Mode-Preisausschreiben

Interessante Modepreise

GMINDER Halblinnen — dieser GMINDER-Modestoff für schöne Sommer- und Ferienkleider, für Blusen und Röcke wird bei der europäischen Mode immer beliebter. Der Name „Halblinnen" ist nicht in allen europäischen Ländern gleich gut auszusprechen. Deshalb bitten wir Sie, liebe Gminder-Freundin, um einen Namen für „Halblinnen". Dieser Stoff-Name soll stets neben unserem Markennamen GMINDER stehen.

Er muß internationalen Charakter haben, also in ganz Europa leicht lesbar und aussprechbar sein.

Finden Sie ihn, freuen wir uns sehr und Sie wohl nicht minder, haben wir doch Preise im Werte von DM 20000.— ausgesetzt.

Ihren Namensvorschlag schreiben Sie bitte recht deutlich auf eine Postkarte. Auf jeder Karte darf nur ein Namensvorschlag stehen. Sie können aber mehrere Postkarten einsenden. Briefeinsendungen scheiden aus. Bitte vergessen Sie Ihre Anschrift nicht und schicken Sie Ihre Karte bis spätestens 30. Juni 1962 (maßgebend ist der Poststempel) an Ulrich Gminder AG, Abt. 56, Reutlingen.

Die Jury setzt sich zusammen aus Herrn Wilhelm Weber, Vorstandsmitglied der Ulrich Gminder AG, Madame Glibert, Paris, Frau Rorije, Deventer, Holland, Frau Dr. Oberhoff, Stuttgart, und Herrn Wolfgang Nill, Ulrich Gminder AG. Die Entscheidung der Jury ist unanfechtbar. Werden mehrere gleichlautende Namen eingesandt, entscheidet das Los. Die mit einem Preis ausgezeichneten Namen dürfen von der Ulrich Gminder AG in beliebiger Form verwendet werden. Angehörige der Ulrich Gminder AG sind von der Beteiligung am Preisausschreiben ausgeschlossen.

1. Preis: 3 Tage Paris
zu zweit und 1 Kleid von Christian Dior (zusammen DM 3000.—)

2. Preis: 3 Tage Rom
zu zweit und 1 Kleid von Emilio Schuberth (zusammen DM 2500.—)

3. Preis: 3 Tage Berlin
zu zweit und 1 Kleid von Heinz Oestergaard (zusammen DM 1500.—)

sowie . . .

500 weitere Preise im Gesamtwert von DM 13000.—; reizende Accessoires, über die Sie sich bestimmt freuen. Die Hauptpreise können Sie auch in bar ausbezahlt bekommen.

GMINDER

Rotes Licht für Bello

Hand aufs Herz — wer behielte nicht gern recht mit seinen Prophezeiungen? Auch ich orakle seit einiger Zeit, aber ich kann keine Genugtuung empfinden, wenn meine Voraussagungen sich erfüllen — und sie erfüllen sich fast immer. Sechs Hundebesitzern habe ich in der letzten Zeit den Verkehrstod ihrer Tiere prophezeit. Fünfmal behielt ich recht, nur Nachbars Bello lebt noch: er lief zwar in ein Motorrad, kam aber noch einmal davon. Sein Herrchen auch, denn glücklicherweise ist dem Motorradfahrer nichts passiert.

Man sollte meinen, daß die erschreckend hohe Zahl der Verkehrsunfälle auch dem Hundehalter zu denken gibt; leider ist das aber nicht der Fall. „Meine Anka ist so klug, sie weiß ganz genau, wann sie über die Straße laufen darf und wann nicht!" erklärte mir kürzlich Frau Müller. Sie weiß nicht, daß sie es nur der Tierliebe und Aufmerksamkeit der Autofahrer zu danken hat, daß ihre Anka noch lebt.

Einmal passiert es dann

Tiere sind nun einmal unberechenbar; Augenblicksimpulse bestimmen ihr Verhalten. Auch Ihr „so klug" blikkender Bello, lieber Tierfreund, ist keiner vernunftgesteuerten Handlung fähig. Glauben Sie mir, selbst wenn Ihrem vierbeinigen Freund hundertmal im Verkehr nichts passiert ist, beweist das noch lange nicht seine Verkehrssicherheit. Einmal kommt der Augenblick, in dem es schiefgeht. Das aber kann ein schmerzlicher und teurer Augenblick werden. Sie verlieren vielleicht nicht nur Ihren geliebten Hund, sondern müssen auch gesundheitlichen oder materiellen Schaden ersetzen, den Menschen bei dem Unfall erlitten. Denn der Hundebesitzer haftet für alles, was sein Tier anrichtet.

Um solche Unfälle zu vermeiden, dürfen Sie Ihren Hund nicht unbeaufsichtigt auf der Straße herumlaufen lassen, sondern Sie müssen ihn immer an die Leine nehmen. Wenn Sie zum Beispiel auf einem schmalen Fußweg neben einer Chaussee gehen, leinen Sie Ihren Hund unbedingt an! Denn wie leicht kann sich das Tier über irgend etwas erschrecken und auf die Fahrbahn oder sogar unter ein Auto laufen. Was nützen dann hinterher bittere Vorwürfe? Bello ist tot. Und Sie müssen noch froh sein, wenn nichts weiter passiert ist.

Wo ist die „Hundeseite"?

Für die Sicherheit des Hundes ist es sehr wichtig, auf welcher Seite vom Herrn er geht. Die „Hundeseite" war, und ist es offiziell noch immer, die linke. Aber das scheint mir überholt. Denn meiner Meinung nach sollte das Tier immer auf der Seite gehen, die dem Verkehr abgewandt ist. Ihr Hund muß also lernen, je nach Notwendigkeit links oder rechts bei Fuß zu bleiben. Für einen einigermaßen intelligenten Hund ist das kein Problem. Bello sollte schon deshalb nicht immer

Mehr Freude mit Tieren

links laufen, weil er leicht im Menschengewimmel einer belebten Straße von entgegenkommenden Passanten getreten werden kann. Wenn Sie Ihren Hund neben dem Fahrrad mitlaufen lassen, sollte er besser die rechte Seite benutzen, weil ihm von dort weniger Gefahr droht. Ihn links nebenher laufen zu lassen, wäre leichtsinnig.

dingt jeden Tag seinen Spaziergang haben.

Wir zwingen unsere Hunde zu einem Leben zwischen Gefahren. Aus Liebe zu ihnen — gewiß. Sie finden sich bereitwillig mit diesem Leben ab. Aus Liebe zu uns. Dafür sind wir ihnen aber auch schuldig, sie zu schützen — gerade im Verkehr, wo ihnen die meisten Gefahren drohen. Andernfalls wäre es mit unserer Tierliebe wirklich nicht weit her.

Brav sitzt Bello am Straßenrand und wartet, bis er die Fahrbahn überqueren kann. Sein Herrchen hat ihn gut erzogen. Aber nur wenige Hunde sind so verkehrssicher. Man darf sie deshalb niemals unbeaufsichtigt oder ohne Leine auf der Straße laufen lassen. Schützen Sie, lieber Tierfreund, Ihren Hund vor Gefahren, die ihm gerade im Straßenverkehr drohen. Das Tier ist unberechenbar; sein Verhalten wird von Augenblicksimpulsen bestimmt und nicht vom Verstand. Leinen Sie ihn deshalb immer an!

Denken Sie auch daran: Gartenzäune müssen so dicht sein, daß Ihr Hund sie nicht durchbrechen und auf die Straße laufen kann.

Gefahren drohen einem Hund übrigens nicht nur in der Stadt. Auch in ländlichen Gegenden herrscht heute viel Verkehr. Deshalb sollten auch in ruhigeren Gebieten die Vierbeiner nicht frei herumlaufen. Natürlich müssen Sie dann mit Ihrem Hund täglich mehrmals „Gassi" gehen. Wenn Sie selbst hierfür keine Zeit haben oder niemanden finden, der das Tier ausführt, dann sollten Sie sich keinen Hund halten; denn Bello muß unbe-

Mehr steht im nächsten Heft von Ihrer

Lenn Fiedelmeier

für Babys Gaumen komponiert

Köstliche Alete-Früchte aus erlesenem, sonnenreifem Obst – unverfälscht in der natürlichen Farbe – das schmeckt und bekommt Ihrem Kind. Alete hat jahrzehntelange Erfahrung in der Herstellung von Baby-Nahrung. Ernährungswissenschaftler überwachen ständig die wert- und vitaminschonende Zubereitung. Darum tagtäglich Alete-Kost fürs Kind. Alete-Früchte – unübertroffen gut, weil's von Alete kommt.
Außerdem gibt es: Alete-Karotten, -Spinat, -Gemüse-Allerlei, -Gemüse + Leber, -Hühnchen in Reis, -Karottensaft.

damit's ein Prachtkind wird

Sie kennt „ihre Pappenheimer"!

Keiner, weder ihr Mann noch die Herren Söhne haben Zeit, sich die Unterwäsche selbst zu kaufen oder SIE wenigstens beim Einkauf zu begleiten. Dabei könnte gerade dieser Einkauf Männersache sein. Nun, sie weiß sich zu helfen! Sie weiß, in welcher Wäsche sich ihr Mann und ihre Söhne wohlfühlen und wählt mit Vorbedacht:
BENGER RIBANA!

BENGER RIBANA-Herren-Unterwäsche
- weich, leicht und körperbehaglich
- mit kochfestem körperelastischem Bund
- strapazierfähig, haltbar und TEXYLON-veredelt – man merkt's nach jeder Wäsche
- 2 Jahre Garantie

Lassen Sie sich das vielseitige BENGER RIBANA-Angebot an Herren-, modischer Damen- und Kinderwäsche vorlegen. Fordern Sie Prospektmaterial an von BENGER RIBANA, Stuttgart-S

Benger Ribana

selten **so** wohlgefühlt

Preiswerte, sofort lieferbare
UMSTANDSKLEIDER

Bitte farbigen SOMMER-MODELL-KATALOG mit Stoffmustern kostenlos anfordern!

LIANA MODEN
NÜRNBERG 2
Postfach 1549 · Abteilung Z
FIL. HAMBURG 6
Weidenallee 2 · Tel. 450569
FIL. FRANKFURT/M.
Kaiserstraße 68 · Tel. 332521

Sie ist verliebt
in Gabriele,
die Fachzeitschrift der vorwärtsstrebenden Sekretärin, ihre treue Ratgeberin im Berufs und- Privatleben.

GABRIELE - die perfekte Sekretärin erscheint monatlich zum Preise von 1,65 DM und beschränkt sich nicht darauf, den für die Berufstätigkeit notwendigen fachlichen Stoff zu behandeln, sie bezieht vielmehr in ihren weitgespannten Rahmen alles Allgemeinwissen ein, das die „rechte Hand" des Chefs beherrschen muß: Sprachen, Literatur, Kunst, Menschenbehandlung, Knigge, Kosmetik usw.

Bitte fordern Sie ein kostenloses Probeexemplar an!

Betriebswirtschaftlicher Verlag
Dr. Th. Gabler, Wiesbaden, Taunusstraße 52

Kaufe gleich - zahle später!

nach dem Schöpflin-Zahlungsplan bis zu 24 Monatsraten

Bitte verlangen Sie völlig kostenlos den großen Frühjahr/Sommer-Katalog

Schöpflin Haagen

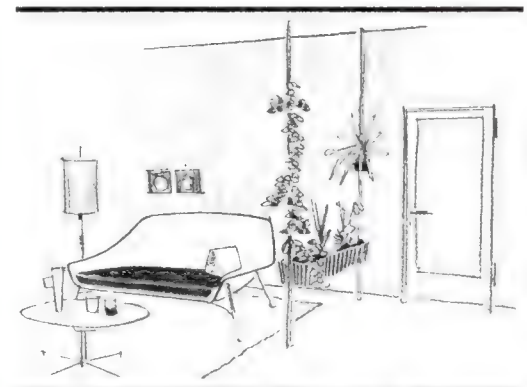
7857 Haagen/Baden, Abteilung B25

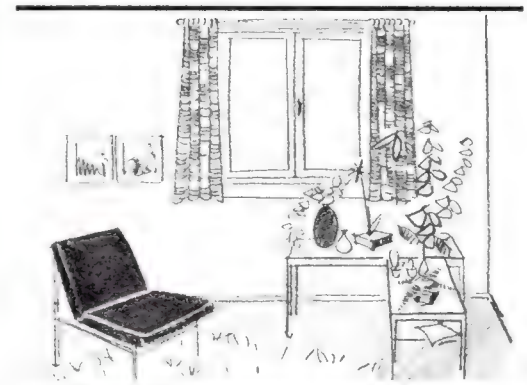
Deutschlands volkstümliches Großversandhaus mit eigener Weberei, Kleider- und Wäschefabrik

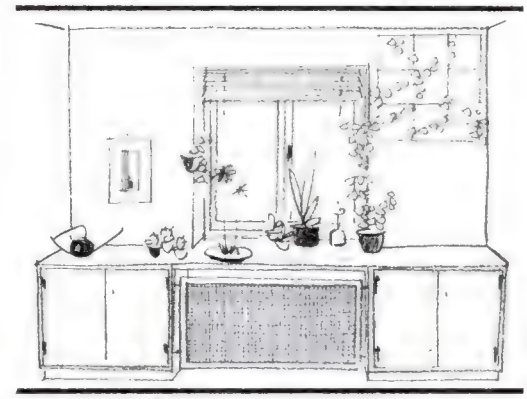
Ein Begriff für Millionen!

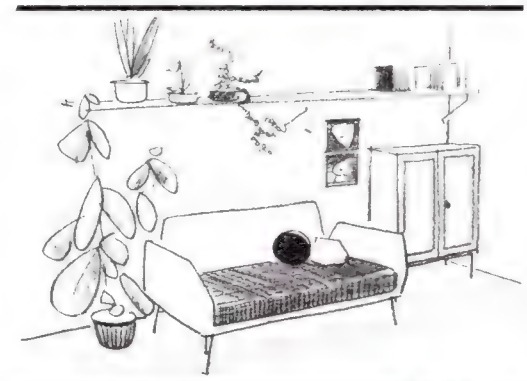
Mehr Glück

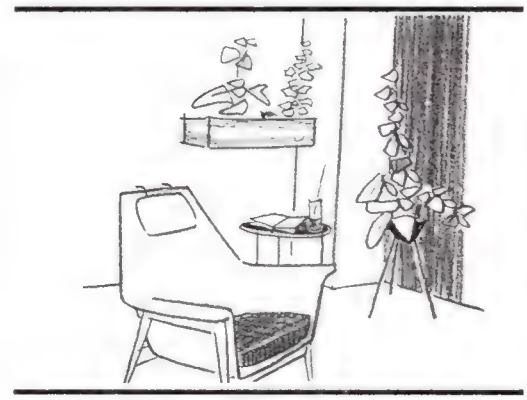
Wo ist noch Platz für Ihre Topfpflanze?











mit Blumen

FÜR SIE-Wohnberater Wilfried Köhnemann macht Ihnen einige Vorschläge, wo Sie Ihre Topfpflanzen unterbringen können, wenn der Platz auf der Fensterbank oder auf Ihrem Blumentisch nicht mehr ausreicht.

Wenn Sie Grünpflanzen besitzen, die zu groß geworden sind und auf der Fensterbank zuviel Licht und Platz wegnehmen, sind das die idealen Pflanzen für einen Raumteiler, der aus zwei vom Fußboden bis zur Decke reichenden Vierkanthölzern und einer Pflanzwanne einfach herzustellen ist. Die Stangen geben rankenden Pflanzen außerdem guten Halt.

Es sieht nicht sehr hübsch aus, wenn Ihre Topfpflanzen dicht gedrängt auf dem Blumentisch stehen. Wird der Raum knapp, schaffen Sie sich einen zweiten gleichen Tisch an und stellen ihn im rechten Winkel an den vorhandenen an. Diese Lösung wirkt sehr gefällig. Soll der Standort der Pflanzen geändert werden, lassen sich die Tische sehr leicht umstellen.

Sehr praktisch ist der Einbau eines von Wand zu Wand reichenden Blumenbrettes .vor dem Fenster, das bis in die Fensternische hineinreicht und gleichzeitig den Heizkörper abdeckt. Rechts und links vom Heizkörper können noch kleine Schränke eingebaut werden. Wenn Sie an der Wand über dem Blumenbrett Rankgitter anbringen, werden Ihre Rankpflanzen dort emporwachsen.

Ein langes Holzbrett mit Winkeleisen so hoch an der Wand angebracht, daß sich keiner den Kopf daran stoßen kann, ergibt viel Abstellfläche für alle Zimmerpflanzen, die auch am weniger sonnigen Standort gut gedeihen. Die Oberfläche des Brettes können Sie zum Schutz gegen Wasser mit einer Kunststoff-Folie bekleben. Hängepflanzen machen sich hier besonders gut.

Balkonkästen aus Holz oder Kunststoff lassen sich auch im Zimmer verwenden: Man setzt die Kästen auf Winkeleisen, die in gewünschter Höhe an der Zimmerwand befestigt werden. Die Blumen stellt man dann mit den Töpfen in den Kasten hinein. Bei Holzkästen ist eine wasserundurchlässige Einlage nötig, um überschüssiges Gießwasser abzuhalten.

Ein Aussehen, um das man Sie beneidet

Vita Moist pflegt und erhält die Schönheit Ihrer Haut. Hautcremes und Make-ups von Kavon - für jeden Teint, für jeden Typ.

Die Kavon-Beraterin bringt Ihnen eine Kollektion erlesener Kosmetika. Sie können probieren und wählen - in aller Ruhe, im eigenen Heim:

KAVON

für die ganze Familie.

KAVON BRINGT SCHÖNHEIT INS HAUS

Bevor es zu spät ist...

Sie sollten rechtzeitig OVOMALTINE trinken. Dieses Aufbaukonzentrat des Schweizers Dr. Wander stärkt Körper und Nerven. Denn hier wirkt das Beste aus besten Nährstoffen der Natur: Milch, frische Eier und der Kraftspender Malz. - Fragen Sie Ihren Arzt.

OVOMALTINE

Eine Dame von Welt

weiß sehr genau, wie bezaubernd sie wirkt im Rahmen einer gepflegten Häuslichkeit. Frauen mit Geschmack lassen sich gern beraten von unserem farbigen Fackel-Katalog, den auch Sie auf Anforderung sofort kostenlos und unverbindlich erhalten.

GUTSCHEIN Fackelverlag • Abt. N 122 Stuttgart 1 • Postfach 442

Name: .....

Beruf: .....

Adresse: .....

(Im offenen Umschlag nur 7 Pf Porto)

Das ist ein Wettermantel für Sie!

AQUASTOP - sportlich, chic und federleicht. Im Stil der neuesten Wettermantel-Mode. AQUASTOP aus seidenweichem Nylon-Gewebe. Dank der einmaligen Atmos-Lüftung ein wahrer Luftikus. AQUASTOP - in aktuellen Modefarben - und einer Qualität, die typisch ist für KLEPPER. Man sieht ihm seine gute Herkunft an.

NEU! **Schlank und lebensfroh**

Keine lästige Diät, keine schädigenden Drogen. Form 42 ist eine völlig neue Kombination natürlicher Pflanzenextrakte und milder Wirkstoffe – garantiert unschädlich, von erprobter hoher Wirksamkeit, blutreinigend, entschlackend und fettzehrend. Die Figur wird wieder schlank und elastisch, der Teint wird glatt und frisch. Sie bekommen wieder Freude am Leben.

Form 42 die biologisch natürliche Schlankheitskur

Kostenlos probieren

GUTSCHEIN FC 39

Senden Sie mir völlig risikofrei und ohne Kaufverpflichtung frei Haus eine Ansichtssendung Form 42 sowie eine kostenlose Probe und 12seitigen Prospekt.

In Apotheken und Drogerien erhältlich

Machen Sie die Probe mit Form 42. Senden Sie nebenstehenden Gutschein an **Hansapharm, Abt. FC 39 Hamburg-Gr. Flottbek**

Der Zwilling-Mann (21.5.-21.6.)

Sie haben sie sicher längst entdeckt, die bewußten zwei Seelen in seiner Brust. Die eine davon zieht ihn hierhin, die andere dorthin, aber es ist nie ganz sicher, wann und in welche Richtung das jeweils geschieht.

Der Zwilling-Mann hungert zeitlebens nach Veränderungen, nach Abwechslung, und die geschickte Partnerin sollte das — wenigstens nach außen hin — auch tun.

Eines ist sicher: Langweilig wird Ihre Ehe auf keinen Fall. Die Ideen eines Zwilling-Mannes, sein Einfallsreichtum und sein Erfindergeist holen selbst aus der winzigsten Chance noch etwas heraus. Er findet sich ganz einfach überall zurecht, und er weiß auch in den schwierigsten Lagen das Leben noch mit jenem gewissen Glanz zu versehen, der das Leben nun einmal lebenswert macht.

Es ist daher verständlich, daß der Zwilling-Mann mit seinem Optimismus und seiner Lebenslust überall gern gesehen ist und daß er in den meisten Fällen sofort der Mittelpunkt der Gesellschaft ist.

Leider ist die Beständigkeit in der Ehe nicht seine große Stärke. Er verläuft sich manchmal ganz gern in den Irrgärten der Liebe.

Barometer für die Zeit vom 15. bis 28. Mai

Widder (21.3.-20.4.)

Sie sollten nicht alles glauben, was Ihnen jetzt im Vertrauen zugeflüstert wird. Man möchte Sie unsicher machen. Für die Widder-Frau gilt das im privaten Bereich und für den Widder-Mann im Beruf. Bald wird sich übrigens Ihr Einkommen erhöhen. Sie sollten aber nicht leichtsinnig werden.

Stier (21.4-20.5.)

Sie sollten sich jetzt in finanzieller Hinsicht nicht übernehmen. Den Gewinn, den Sie sich versprechen, den stecken ganz bestimmt andere ein. Auch auf Ihre Gesundheit sollten Sie achten und einmal zum Arzt gehen. In der Liebe ist ebenfalls nicht alles so, wie es sein sollte. Aber nur Mut!

Zwillinge (21.5.-21.6.)

Im Beruf klappt jetzt nicht alles so, wie Sie es sich denken. Sie dürfen aber nicht mutlos werden. Auch in der Liebe haben Sie jetzt wenig Glück. Vielleicht liegt aber die Ursache bei Ihnen selbst. Prüfen Sie sich sehr, denn es steht viel auf dem Spiel. Sie müssen sehr viel nachgiebiger werden.

Krebs (22.6.-22.7.)

Beruflich steht Ihnen eine Veränderung bevor, die einen großen Erfolg in Aussicht stellt. Die privaten Probleme dürfen Sie nicht komplizierter sehen, als sie sind. Täuschen Sie ein wenig Gleichmut vor und brausen Sie nicht so leicht auf. Der Partner wird es Ihnen danken. Das lohnt sich.

Löwe (23.7.-23.8.)

Sie sollten jetzt nicht daran denken, sich von Ihrem Partner zu trennen. In ein paar Wochen regelt sich alles auf viel bessere Weise, als Sie es im Augenblick vermögen. Im Beruf wird man jetzt kleine Angriffe gegen Sie starten. Gehen Sie nicht darauf ein und behalten Sie am besten die Ruhe.

Jungfrau (24.8.-23.9.)

Sie haben sich sehr viel vorgenommen. Aber es ist sehr wichtig, das Neue nicht mit so viel Zwiespalt im Herzen zu beginnen. Sie müssen vor allen Dingen mit sich selbst ins reine kommen. Mit viel Energie werden Sie es sicher schaffen. Finanziell erwartet Sie jetzt eine gute Nachricht. Sie dürfen aber nicht leichtsinnig werden.

Waage (24.9.-23.10.)

Einem großen Zufall werden Sie in der nächsten Zeit sehr viel zu verdanken haben. Machen Sie sich auf allerlei Ereignisse gefaßt. Sie dürfen aber nicht von Ihren guten Vorsätzen abgehen und Unmögliches erreichen wollen. Das gilt übrigens jetzt auch für den privaten Bereich.

Skorpion (24.10.-22.11.)

Wer mit einem Löwe- oder Schütze-Partner verheiratet ist, erlebt aufregende Tage. Alle künstlerisch Tätigen beginnen beinahe an Märchen zu glauben. Gesundheitlich dürfen Sie jetzt nicht leichtsinnig werden. Seien Sie auch auf Reisen und im Straßenverkehr ganz besonders vorsichtig.

Schütze (23.11.-21.12.)

Im Beruf werden Sie einigen Ärger erleben. Sie müssen sich jetzt sehr durchsetzen und Ihr Können unter Beweis stellen. Privat haben Sie sich zu viel vorgenommen. Ihre Wünsche werden nicht alle in Erfüllung gehen. Ihrem Partner müssen Sie jetzt viel Verständnis zeigen.

Steinbock (22.12.-20.1.)

Sie müssen sich jetzt auf Ihre Arbeit konzentrieren, denn es gibt viele Neider, die nach Ihrer Position trachten. Auf Ihre Gesundheit sollten Sie mehr achten. Finanziell klappt auch nicht alles so, wie Sie es sich denken. Gehen Sie an alle Dinge unvoreingenommen und ganz ruhig heran.

Wassermann (21.1.-20.2.)

Sie werden viele schwere Stunden durchzustehen haben. Meiden Sie die Gesellschaft und bleiben Sie allein. Sie müssen mit Ihrem Kummer allein fertig werden. Im Beruf bahnen sich viele neue positive Verbindungen an. Sie müssen sehr wachsam sein und die guten Chancen nutzen.

Fische (21.2.-20.3.)

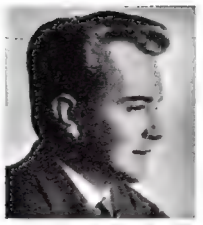
Optimismus dürfen Sie nicht mit Leichtsinn verwechseln. Das könnte Ihnen im Augenblick privat teuer zu stehen kommen. Auch beruflich würden Sie dadurch gute Verbindungen, vielleicht sogar Freundschaften einbüßen, die Sie eigentlich nicht entbehren können. Widmen Sie sich in den nächsten Tagen besonders Ihrer Familie.

FÜR SIE-Beratungsdienst

Wenn Sie Rat und Hilfe brauchen: FÜR SIE ist auch für Sie da! Ein Kreis namhafter Mitarbeiter hilft Ihnen bei der Lösung Ihrer großen und kleinen Probleme. Und jede Auskunft ist kostenlos – ein zusätzlicher Leserdienst für Sie! Adressieren Sie Ihre Anfrage an den FÜR SIE-Beratungsdienst, Hamburg 39, Poßmoorweg 1, und legen Sie bitte Rückporto für die Antwort bei, die selbstverständlich ganz vertraulich behandelt wird. Unsere österreichischen Leserinnen schreiben an das FÜR SIE-Büro, Wien 127, Schließfach 50.

In allen Fragen der **Schönheitspflege** berät Sie unsere medizinische Dipl.-Kosmetikerin **Ingeborg**

In allen Fragen der **Innenarchitektur** berät Sie unser vom Fernsehen bekannter Innenarchitekt **Wilfried Köhnemann**



In allen Fragen der **Kindererziehung** berät Sie unser erfahrener Kinderpsychologe **Dr. Willy Starck**

Die Experten, denen Frauen vertrauen

In allen Fragen Ihrer **vierbeinigen und gefiederten Freunde** daheim berät Sie unsere Tierexpertin **Leni Fiedelmeier**

In allen Fragen Ihres **Hausgartens** berät Sie unser bekannter Obstbauexperte **Direktor K. J. Maurer**

In allen Fragen **häuslicher Gastlichkeit** berät Sie unser Experte **Holger Hofmann**

In allen Fragen ganz **persönlicher Probleme** berät Sie mit ebensoviel Herz wie Verstand unsere von allen verehrte **Frau Ursula**

...weil jedes Haar anders ist!

SCHWARZKOPF SPEZIAL SHAMPOOS geben Ihrem Haar, was gerade *Ihr* Haar braucht

Ihr Haar hat Vorzüge, die Sie pflegen, und kleine Schwächen, die Sie beseitigen wollen. Wozu Ihr Haar auch immer neigt – ob Schuppen Sie stören, ob es leicht zu fettig wird oder zu trocken – jetzt gibt es auch für Ihr Haar das passende Schwarzkopf SPEZIAL Shampoo. Bei regelmäßiger Pflege mit „Ihrem" Shampoo können Sie Ihrem Haar nun das geben, was Ihr Haar braucht. Die Schwarzkopf-Haarforscher haben die ideale Kombination für jedes Haar geschaffen: milde Substanz – spezielle Waschvorteile – natürliche Wirkstoffe. Jetzt können Sie Ihr Haar öfter waschen, denn jede Haarwäsche mit „Ihrem" SPEZIAL-Shampoo wirkt wohltuend durch seine Milde und erweckt die speziellen Vorzüge Ihres Haares zu neuer jugendlicher Schönheit.

Fettiges Haar? Schuld an strähnigem Haar ist die Überproduktion der Talgdrüsen. Das neue Shampoo gegen fettiges Haar enthält milde Kräuter-Extrakte und bewahrt das Haar vor raschem Nachfetten: Schwarzkopf SPEZIAL Shampoo F

Schuppen? Das neue SPEZIAL-Shampoo mit dem hochaktiven Antischuppen-Faktor Thiohorn sorgt dafür, daß die Kopfhaut besser durchblutet wird; es wirkt nachhaltig gegen Kopfjucken und Schuppen: Schwarzkopf SPEZIAL-Shampoo S

Trockenes Haar? Geschmeidigkeit und schönen Glanz gewinnt das Haar durch natürliche Fettstoffe. Deshalb entwickelte Schwarzkopf für trockenes und normales Haar ein Shampoo mit aktiviertem Lanolin: Schwarzkopf SPEZIAL Shampoo T

SCHWARZKOPF HAARPFLEGE

SCHWARZKOPF SPEZIAL SHAMPOOS

...weil jedes Haar anders ist!

„... und gleichzeitig spare ich die Gardinen!"

„Muß es denn ausgerechnet frischer Stallmist sein?"

„Kann ich mir noch etwas Salat nachschneiden?"

NEU

Das sind knusprig frische Corn Flakes!

Corn Flakes wie sie sein müssen!

argo-knusprig frisch auf den Teller –
Zucker nach Belieben –
Milch oder Fruchtsaft dazu.
Das schmeckt und ist leicht bekömmlich.

Corn Flakes argo-knusprig frisch
schmecken der ganzen Familie.
Probieren Sie's gleich morgen.
Ihr Kaufmann führt argo-knusprig frisch.

argo-knusprig frisch – jederzeit tischbereit!

Wc 1

„Stört es dich, wenn ich bei der Gelegenheit gleich die Pflanzen etwas wässere?"

„Wo es grünt und blüht daheim",
meint FÜR SIE-Zeichner Kurt Weber,
„dort wohnen gute Menschen."

Grüne Freuden

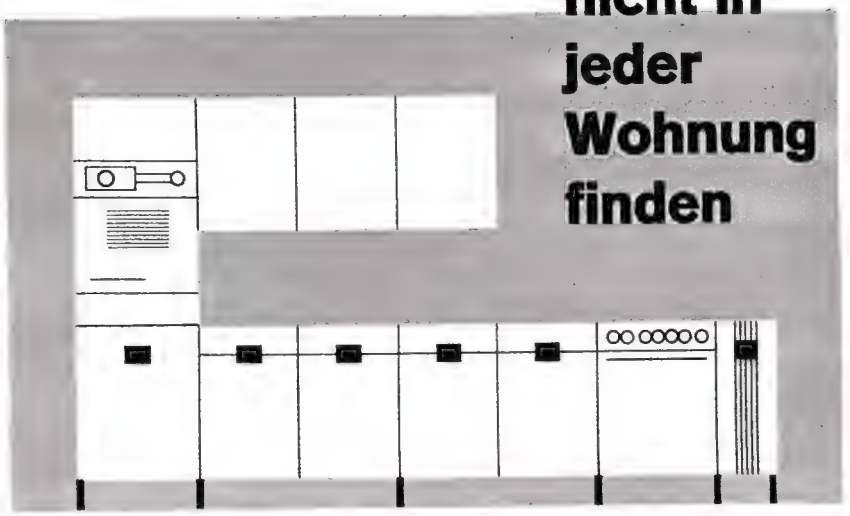
„So ungefähr sollst du mir den Blumenständer bauen!"

„Unbequem oder nicht! Die Pflanze wird weder tiefer gehängt noch kürzer geschnitten!"

„Muß denn die fleischfressende Pflanze unbedingt mit am Tisch essen?"

primat

Eine Küche die Sie nicht in jeder Wohnung finden



KUNSTSTOFF bp KÜCHEN

Das neue BÄHR + PRIESTER Küchenmodell **primat** wurde für Individualisten mit Sinn für klare Linie und zweckgerechten Aufbau entwickelt. Die bestechend einfache Form spricht den Kenner an. Ihm stellen wir mit Stolz das **primat**-Modell vor.

Alle Außenflächen aus RESOPAL, innen mit weißem Kunststoff belegt – viele technische Extras möglich.

Fordern Sie den **primat**-Prospekt und Bezugsquellennachweis von

Resopal

BÄHR + PRIESTER

SPEZIALFABRIKEN FÜR KUNSTSTOFFKÜCHEN · HERFORD UND AHMSEN

Abt. 46

Ein guter Fang im Einkaufsnetz!

Portugiesische Sardinen in reinem Olivenöl. Ganz rasch kann man aus diesen Ölsardinen viele bekömmliche Hauptgerichte, Vorspeisen und andere lukullische Überraschungen bereiten. Sie kosten wenig und finden immer höchstes Lob. Probieren Sie's einmal. Ihre Lieben und Ihre Gäste werden begeistert sein.

Erfahrene Küchenmeister achten auf die Qualitätsgarantie: "Portugiesische Sardinen in reinem Olivenöl" Sie sollten es auch tun.

Portugiesische Ölsardinen auf Apfelsalat

. . . eine leckere Vorspeise oder ein bekömmliches Abendbrot. Pro Person werden 3 große Äpfel geschält, entkernt und in kleine Würfel geschnitten, mit Salz und Zitronensaft gewürzt und mit etwas Mayonnaise vermischt. Dann formt man die Masse zu einem Hügel und stellt 2 bis 3 gesalzene und gepfefferte portugiesische Ölsardinen darauf.

Eine Broschüre mit zahlreichen weiteren Ölsardinen-Rezepten erhalten Sie auf Anforderung kostenlos. Schreiben Sie an das Portugiesische Handelsbüro Bad Godesberg, Kölner Str. 64a.

Wußten Sie das?

Portugiesische Sardinen werden nahe an der Küste gefangen. Sie kommen daher ganz frisch in die Dosen.
Nur von Mai bis Januar ist in Portugal ihr Fang erlaubt. Denn lediglich in diesen Monaten sind Sardinen besonders fett und saftig
Portugiesische Ölsardinen gibt es auch entgrätet und enthäutet.
. . . und nicht zu vergessen: die dosenfertigen Sonderzubereitungen. Hier schaffen erlesene Gewürze ein besonderes, pikantes Aroma.

Beim nächsten Einkauf nicht vergessen:

Portugiesische Sardinen in reinem Olivenöl.

Auch hier können Sie gewinnen: ein modernes Kaffee-Service!

Der gute Tip fürs Eheglück

Frau M. Mölbert aus Oberspay/Rhein gewann für ihren „guten Tip fürs Eheglück" ein formschönes Thomas-Kaffee-Service „Exquisit" (Dekor „Adria") für 6 Personen:

Als sich bei uns vor zwölf Jahren der erste Ehekrach vollzogen hatte, trafen mein Mann und ich eine Abmachung, die uns noch heute manche Unstimmigkeit erspart.

Jedesmal, wenn einer von uns morgens mit übler Laune erwacht und gern in Ruhe gelassen sein möchte, stellt er an einem eigens dafür bestimmten Platz ein rotes Fähnchen auf. (Mit einem Stückchen Papier, Korkstückchen und Stecknadeln sind diese „Sturmflaggen" leicht zu basteln.) Der andere weiß sofort Bescheid und faßt den Partner nur mit „Samtpfötchen" an. Ich habe es mir zur Gewohnheit gemacht, an solchen stürmischen Tagen meine bessere Hälfte mit seinem Lieblingsgericht und sonstigen — je nach Windstärke bemessenen — Aufmerksamkeiten zu verwöhnen. Manchmal schreibe ich ein paar aufmunternde Sätze oder zeichne originelle Figuren auf kleine Zettelchen, die dann mein Mann beim Auspacken seiner Brote findet. Meistens schleicht mein Mann dann abends beschämt zum Kamin und läßt das Fähnchen verschwinden. Aber nicht nur das, er bringt mir auch fast immer zum Zeichen seiner aufrichtigen Reue und zum Dank für meine Rücksichtnahme ein paar Blumen mit.

Mein Bestreben, meine eigene Flagge so wenig wie möglich zu hissen, hat einen eifrigen Wettstreit zwischen uns beiden zur Folge. Die gute Laune siegt meistens, was natürlich zu unserem Eheglück beiträgt.

Haben auch Sie einen „guten Tip fürs Eheglück"? Dann schreiben Sie ihn uns auf einer Postkarte (!) und adressieren Sie sie an: „Tip fürs Eheglück", Hamburg 100. Die schönste Einsendung wird wieder veröffentlicht und mit einem der modernen formschönen Thomas-Kaffee-Service „Finlandia" (Dekor „Weiß und Blau") für sechs Personen belohnt. Sie sehen es auf dem Foto.

Gut frisiert bleibt gut frisiert

natürlich **Wellaflex**

... denn vom WELLAFLEX Haarspray genügt ein Hauch – und schon haben Sie mit Ihrer Frisur keine Sorgen mehr: Die Frisur sitzt wunderbar, und das Haar selbst bleibt duftig-frisch, glanzvoll und natürlich schön. Der Friseur als Fachmann empfiehlt für normales und fettendes Haar WELLAFLEX rosé, für trockenes und sprödes Haar WELLAFLEX bleu.

DM 4,80

Taschenpackung
So praktisch
für Beruf und Reise
Nur DM 2,95

gibt's beim Friseur

WX 622

Wella-Haarkosmetik weltbekannt

Hier beginnt eine neue FÜR SIE-Serie:

BEI UNS ZU HAUS

Der beliebte Dichter Manfred Hausmann schildert Ihnen die kleinen Freuden und Nöte, die Andreas, Isabel und Martin erleben: ER, SIE und ES.

Manfred Hausmann berichtet von nun an in FÜR SIE über den Alltag einer ganz normalen Familie. Die kleinen Geschehnisse um Andreas, um Isabel und den kleinen Martin werden Ihnen gewiß viel Freude bereiten. Diese Serie wird in loser Folge fortgesetzt.

ER Wenn Andreas abends von seinem Gang zur Post zurückkommt, pflegt er Isabel in der Küche aufzusuchen und ihr die Dorfneuigkeiten, die er unterwegs gehört hat, nebst seinen Anmerkungen mitzuteilen. Heute erscheint jedoch ein mißmutiger Andreas in der Küchentür. Er reibt sich den Nacken, seufzt und murmelt vor sich hin, man könne sich auf niemanden mehr verlassen, und die zehn Mark seien also zum Teufel.

„Was für zehn Mark denn?" fragt Isabel.

„Die Post-Stelljes mir auf meinen Zwanzig-Mark-Schein herausgegeben hat. Ich wollte hundert Briefmarken zu zehn haben. Und da hat er mir zwei Fünf-Mark-Stücke herausgegeben, die nur so funkelten vor Neuheit." — „Aha. Und die hast du verloren?" — „Nein. Nur das eine." — „Wo denn?"

„Wie ich die Lindenallee entlangging, habe ich mich so über die Silberstücke gefreut, daß ich ein bißchen Fangball mit ihnen spielen mußte, mit beiden zugleich. Und mit einem Male flog das eine in das hohe Gras neben dem Fußweg und war verschwunden. Ich habe gesucht und gesucht, aber es hatte sich verkrochen. Wie verhext."

„Ärgerlich", sagt Isabel, „aber darum brauchst du doch kein Gesicht zu machen wie ein Pott voller Mäuse. Wegen fünf Mark." — „Fünf Mark sind immerhin fünf Mark. Außerdem waren es zehn." — „Ich denke, nur das eine Fünf-Mark-Stück sei ins Gras gefallen?" — „Ist es auch. Aber als ich es beim besten Willen nicht wiederfinden konnte, habe ich gedacht, ich wollte doch mal sehen, wie das sei, wenn so ein schimmerndes Ding zwischen den Halmen verschwände. Und da habe ich mich auf denselben Fleck gestellt, auf dem ich gestanden hatte, als das erste Fünf-Mark-Stück verlorenging. Und dann habe ich von da aus das zweite geradeso ins Gras fallen lassen wie das erste. Nur daß ich diesmal genau aufgepaßt habe, wohin es fiel."

„Wie schlau!" — „Nicht wahr? Und doch noch nicht schlau genug."

„Warum?"

„Weil ich das zweite auch nicht wiedergefunden habe."

SIE Den ganzen Morgen klagt Isabel im Hause herum, ob denn niemand ihre kleine Stickschere gesehen habe. Aber niemand weiß etwas davon. „Und dabei brauchen wir sie doch so nötig, weil wir doch Blockflöte üben wollen, Martin und ich."

„Entschuldige", sagt Andreas, „wozu braucht man denn da eine Stickschere?"

„Für den Notenständer."

„Entschuldige, aber ich bin manchmal etwas langsam von Begriff." — „Der Pflock ist doch verschwunden, den man in das Loch steckt, wenn man das Notenpult höher oder tiefer haben will. Statt dessen nehmen wir immer die Stickschere, weil sie gerade hineinpaßt." Andreas sagt „hm" und schlägt vor, sie solle einmal überlegen, wann und wo sie zuletzt mit der Schere hantiert habe.

„Zuletzt? Ich glaube gestern abend. Oder war es schon vorgestern?"

„Und wo?"

„Da am Fenster. Ich habe die Erde in den Blumentöpfen gelockert."

„Mit der Schere?"

„Weil ich gerade einen Augenblick Zeit hatte. Und seitdem ist sie verschwunden. Wo, wo, wo mag sie nur stecken?

Wie Andreas am Nachmittag über die Diele geht, sitzt Isabel an ihrer Nähmaschine. Das geringelte Pullöverchen ist hochgerutscht, die Trainingshose strafft sich über den Hüften.

„Hier", sagt sie und wendet sich um, „das müßte auch als ein Kunstwerk gelten, wenn es gerecht zuginge auf der Welt, der neue Kragen hier an deinem Hemd. Und meine Stickschere ist auch wieder da."

„Ach! Wo war sie denn?"

„Das weiß ich auch nicht. Mit einem Male, als ich die Treppe hinaufging, fiel sie irgendwo aus meinem Hosenbein heraus."

ES Martin sieht zu, wie der Vater in seinem Zimmer ein Bild aufhängt. Nach einer Weile fragt er: „Warum tust du das einlich?"

„Findest du nicht auch, daß es schöner wirkt, wenn da ein Bild hängt? Sonst ist die Wand doch so leer. Und nun hängt da ein Bild, das ich gern leiden mag. Und das sehe ich mir nun jeden Tag an und habe eine Freude."

„Hm!"

„Und nun geh mal schön in die Küche und iß dein Frühstück auf. Mutti hat es dir da hingestellt, vorhin, ehe sie ins Dorf gefahren ist."

„Was is'n auf das Frühstück auf?"

„Ich glaube Leberwurst."

„Mag ich geeern!"

„Ja, nun geh mal los."

Beim Mittagessen erzählt Martin allen, er habe in seinem Zimmer auch „schöne Bilder anne Wand aufgehängt".

„Was für Bilder denn?"

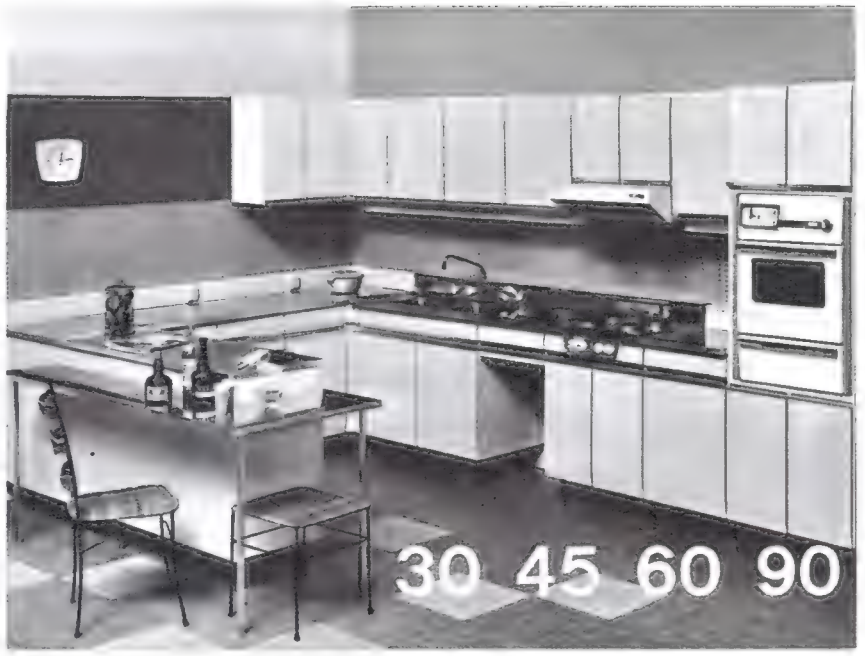
„Aus meinem Bilderbuch."

„Ach du liebe Zeit", sagt der Vater, „er wird doch keine Nägel in die Wand geschlagen haben?"

„Nehe!"

„Wie hast du die Bilder denn an die Wand gehängt? Wie hast du sie da denn festgemacht?"

„Mit bißchen Leberwust!"



Eine Traumküche nach Maß

Bei der Siematic-Anbauküche gibt es alle Schrankelemente in sinnvoll gestaffelten Breiten. So ist es möglich, jeden Küchenraum voll auszunützen und zweckentsprechend einzurichten. Die Siematic mit robustem Kunststoffmantel aus echtem Getalit ist vollendet schön und zugleich technisch perfekt. Ihre Raffinessen - durchlaufendes Griffband, selbstschließende Türen und automatische Einbaugeräte - sollten Sie sich im guten Fachgeschäft zeigen lassen.

Sie matic die echte

Aug. Siekmann Möbelwerke, Abt. FS 29, Löhne/Westf.

Wir senden Ihnen Farbprospekt mit Hinweis auf Ihren beratenden Fachhändler.

Sie werden wieder so schlank wie in Ihren besten Tagen, obwohl Sie essen, was Ihnen schmeckt!

Ärztlich überwachter Versuch mit 100 Personen beweist sensationelle Erfolge des neuen Schlankheitsmittels Apotheker Dieffenbachs „schlank-schlank"

23 Pfund in 2 Monaten abgenommen!
18 Pfund in 2 Monaten abgenommen!
12 Pfund in 1 Monat abgenommen!

Die große Chance für alle, die an Übergewicht leiden!

Hier ist die natürliche Methode, Ihr lästiges Übergewicht ohne gesundheitliche Schäden schonend und wirkungsvoll abzubauen und damit Ihr Wohlbefinden zu steigern.
Keine Hungerkur — keine kostspielige Diät — keine anstrengende Gymnastik.— Nehmen Sie einfach am Abend 1 bis 2 Dragées „schlank-schlank"! Sie können dann Ihren Erfolg schon nach kurzer Zeit mit Bandmaß und Waage kontrollieren. Ärztliche Großversuche und Humanversuche an Universitäts-Instituten haben die Wirksamkeit und Unschädlichkeit von „schlank-schlank" nachgewiesen.

schlank schlank

... nur in der Apotheke und beim Fachdrogisten

Tun Sie also etwas gegen Ihr Übergewicht

Besorgen Sie sich noch heute Ihre Packung Apotheker Dieffenbachs „schlank-schlank" in Ihrer Apotheke oder Drogerie! Sie bekommen dort auch eine hochinteressante Informationsschrift über „schlank-schlank" mit wichtigen Einzelheiten über Erfolge bei einem ärztlichen Versuch. Wenn Sie keine Zeit verlieren wollen, dann können Sie den **Informationsscheck** zum kostenlosen Bezug dieser wichtigen Schrift über „schlank-schlank" benutzen — das wäre eine gute Idee! Schneiden Sie den Informationsscheck einfach aus, kleben Sie ihn auf eine Postkarte oder stecken Sie ihn in ein Kuvert und schicken Sie ihn uns zu. Aber vergessen Sie bitte nicht Ihren deutlich lesbaren Absender möglichst in Blockschrift!

INFORMATIONSSCHECK

Gegen Einsendung dieses Schecks erhalte ich völlig

kostenlos und unverbindlich

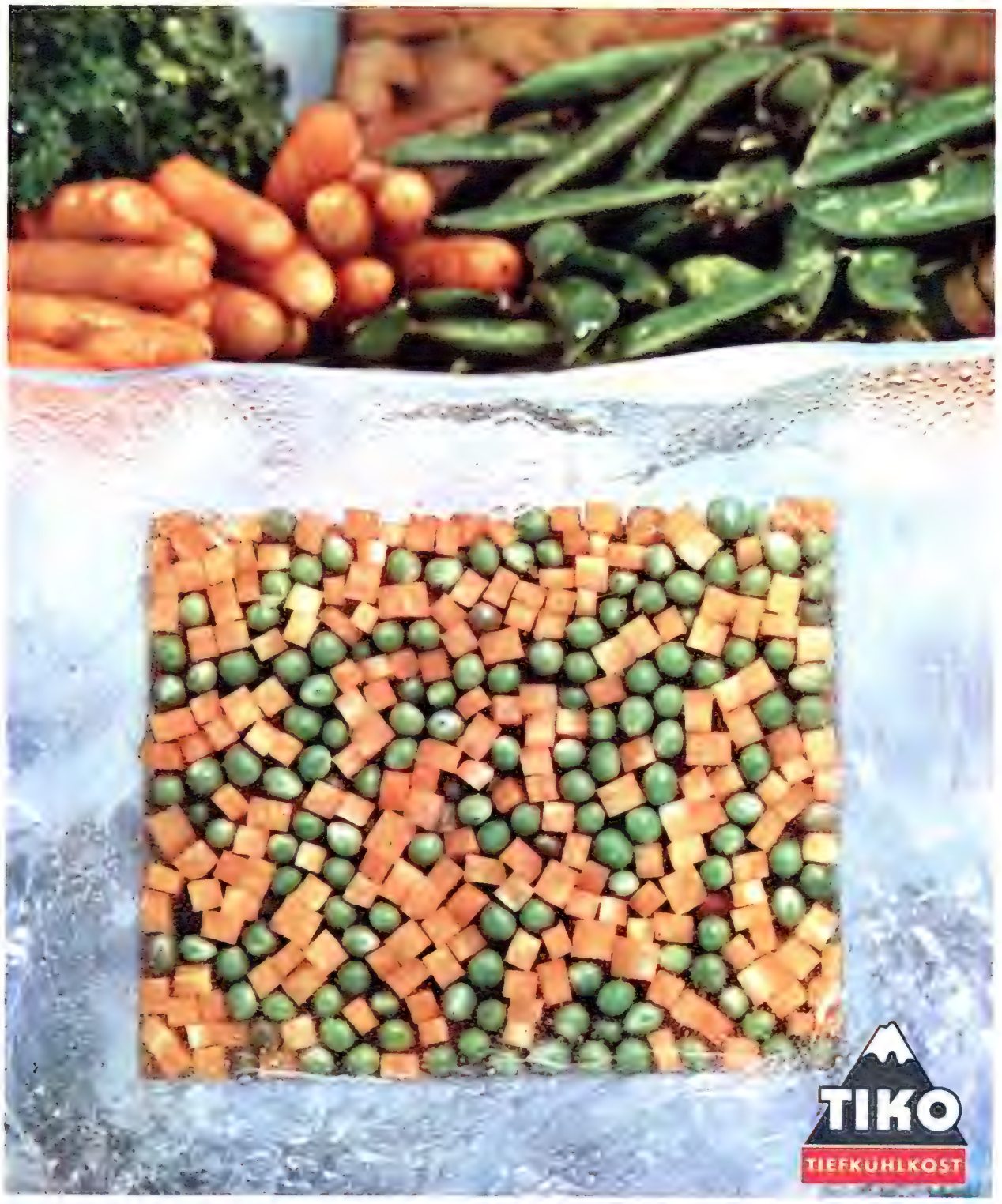
die hochinteressante, ausführliche Informationsschrift über „schlank-schlank" postwendend zugeschickt. Scheck ausschneiden, auf eine Postkarte kleben und mit deutlichem Absender (Blockschrift) absenden an:

Pharmawerk Schmiden GmbH
Informationsstelle S 45/22
Schmiden bei Stuttgart

Lesezirkelleser bitten wir, den Informationsscheck nicht auszuschneiden, sondern auf einer Postkarte zu schreiben.

Erntefrisch auf Ihren Tisch: TIKO-Tiefkühlkost

Selbst wenn die Natur nichts Frisches mehr bietet – TIKO bringt frische Ernte, so wertvoll, so gesund. TIKO bringt Vitamine, Mineral- und Nährstoffe. Zum Beispiel Mischgemüse: Kochfertig wurden junge Erbsen und Möhren gefrostet. Durch tiefe Kälte gebannt, bleiben sie jung und frisch. Wie am Tag der Ernte kommen sie auf Ihren Tisch.



Köstliches TIKO-Gemüse

TIKO-Tiefkühlkost ist ein Erzeugnis der GEG. Moderne GEG-Betriebe produzieren für den Konsum hochwertige Waren. Beispielhaft hierfür sind die TIKO-Produktionsstätten mit ihrer langjährigen Erfahrung auf dem Gebiet der Tiefkühlkost. Ausgewählte, beste Ernten werden von modernen Maschinen verarbeitet und tiefgefroren.
Nur wenige Stunden vergehen zwischen Ernte und Frosten. Deshalb ist TIKO-Tiefkühlkost so gut, so vorbildlich – wie alles von der GEG.

So ist es richtig: *TIKO läßt sich auch lagern – dick in Papier eingepackt 3–6 Stunden, im Kühlschrank sogar 1–2 Tage. Richten Sie sich bitte immer genau nach der Gebrauchsanleitung auf der Packung, sie ist sorgfältig erprobt. Ihre TIKO-Tiefkühlkost wird Ihnen dann vorzüglich gelingen – guten Appetit!*

G 2/62

TIKO-Tiefkühlkost kaufen Sie im KONSUM

Kathrin Frank schrieb diese spannende

FÜR SIE Geschichte

Sie besaß alles, was das Leben zu bieten hatte. Warum fühlte sie sich trotzdem unbefriedigt?

Rechtsanwalt Röder drückte die Zigarette aus.

„Danke, keinen Kaffee mehr", sagte er, als Annette ihm die Tasse noch einmal füllen wollte. „Ich muß fort. Es bleibt also dabei, daß du dir dein Geburtstagsgeschenk allein besorgst. Ich habe heute nachmittag absolut keine Zeit."

Annette biß sich auf die Lippen. Sie sah in den Garten hinaus. Sonne lag über dem gepflegten Rasen. Die Blumenbeete waren in ihren Farben aufeinander abgestimmt. Die Verandastühle waren in geschmackvollen Farben gehalten. Die gelblichen Vorhänge paßten dazu. Alles paßte zusammen — bis auf die beiden Menschen, die sich beim Kaffee und einer Zigarette gegenübersaßen.

Über Annettes hübsches Gesicht huschte ein Schatten. Sie sah, wie ihr Mann in die Brieftasche griff und Geldscheine auf den Tisch legte. Günther macht es sich wieder einmal leicht, dachte sie verächtlich.

Fortsetzung auf Seite 138

Gestehe mir deine Liebe!

Plötzlich und ganz unerwartet riß er sie in seine Arme. „Annette", sagte er leidenschaftlich, „wenn du mir Grund dazu geben würdest, kann ich mich in einen Othello verwandeln – vor Eifersucht! Glaubst du mir das?"

Gestehe mir deine Liebe!

Fortsetzung von Seite 136

In den drei Jahren ihrer Ehe hatte er sich kaum einmal angestrengt, sie mit einem Geschenk zu überraschen. „Ich habe keine Phantasie", behauptete er, und dabei ließ er es bewenden. Rechtsanwalt Günther Röder war nicht knauserig. Es geschah aus Bequemlichkeit, wenn er seiner jungen Frau Geld auf den Tisch legte, das ausreichte, sich diesen oder jenen Wunsch, selbst einen kostspieligen, nach eigenem Gutdünken zu erfüllen.

„Nun?" sagte er jetzt, während er die Scheine hinblätterte. „Genügt dir das? Oder hast du es auf etwas ganz Besonderes abgesehen? Dann muß ich tiefer in den Beutel greifen."

Er sah sie belustigt, fragend an, ein wenig verschmitzt. Er liebte Annette. Aber er machte nicht gern „Firlefanz", wie er sich ausdrückte. Ein Geburtstag war in seinen Augen keine große Begebenheit.

„Du sagst ja nichts", meinte er mit einem Blinzeln zu Annette. „Ich bin heute in Geberlaune. Ich spendiere dir noch etwas."

„Danke, es ist völlig genug."

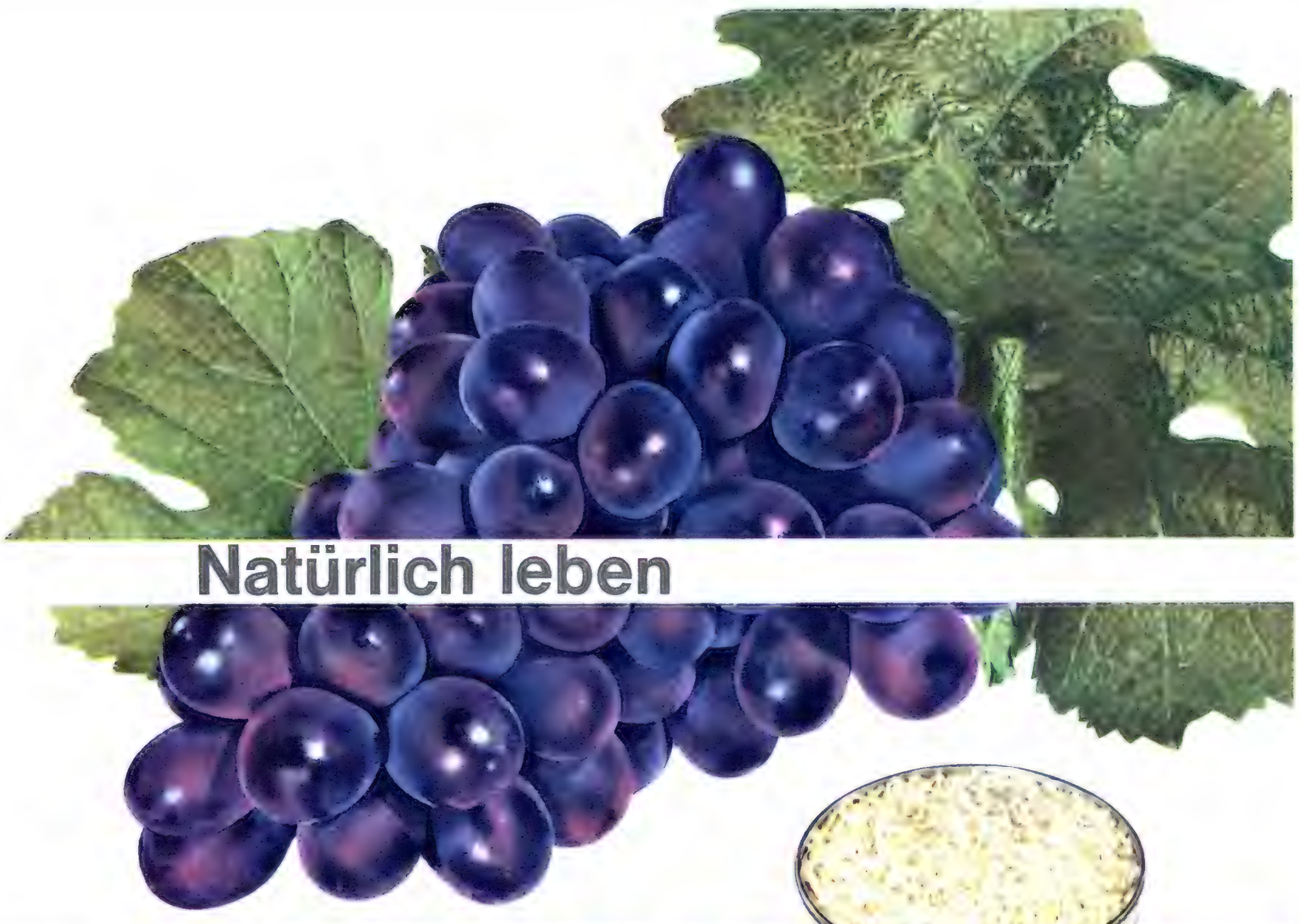
In Annettes Antwort lag kein Entgegenkommen. Sie hatte keine Lust, Dank oder Freude zu heucheln. Die kleinste Aufmerksamkeit hätte sie glücklich gemacht. Aber Geld?

Sie erwiderte seinen Abschiedskuß nur flüchtig.

Rechtsanwalt Röder ging in bester Stimmung aus dem Hause. Er hatte Anlaß, guter Laune zu sein. Er hatte einen Riesenprozeß gewonnen. Annette brauchte es heute nicht zu wissen, aber morgen, an ihrem Geburtstag, sollte sie Augen machen.

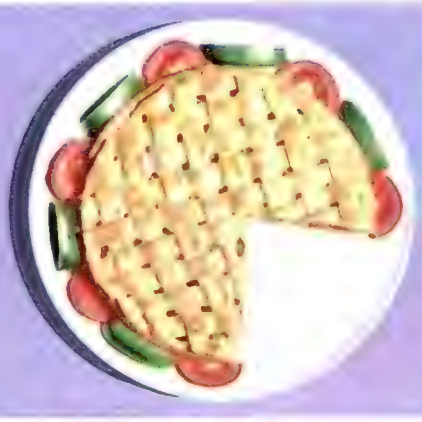
Annette fing an, die Tassen auf dem Tisch zusammenzuräumen. Sie machte nicht den Eindruck einer jungen, glücklichen Frau, die einen erfolgreichen Anwalt zum Manne hatte. Sie war enttäuscht. Sie hatte in Günther eben nicht das Idealbild gefunden, das ihr in ihren Jungmädchenjahren vorgeschwebt hatte. Günther war kein zärtlicher, kein aufmerksamer Liebhaber. Es gab Männer, die sich von einer ganz anderen Seite zeigten. Günthers Bruder Veit war solch ein Mann. Allein der Gedanke an Veit genügte, um auf Annettes Gesicht ein Lächeln zu zaubern. Veit — sie mußte es sich eingestehen — war das Gegenteil seines Bruders.

Er war auch bedeutend jünger als Günther. Annette rechnete nach ... sieben Jahre. Aber an seiner Jugend lag es nicht, daß Veit es verstand, das Herz einer Frau in Unruhe zu



Natürlich leben

Natürlich leben und dabei genießen: Hier eine vollreife Traube — dort das würzige und immer knackfrische HENGSTENBERG MILDESSA, erntefrisch eingeschnitten, durch natürliche Milchsäuregärung fein gesäuert, mit Wein abgerundet und zur Erhaltung seines hohen Vitamin-C-Gehaltes wertschonend pasteurisiert, kann dieses haltbare, milde Weinsauerkraut niemals übersäuern. So wird jedes der vielen Gerichte mit HENGSTENBERG MILDESSA, ob roh oder kurz gekocht, zum Gaumenerlebnis, und Sie bringen damit ein Stück Natur auf den Tisch.



Sehr lecker ist Sauerkraut-Pie: HENGSTENBERG MILDESSA mit Dörrfleisch in salzigem Mürbeteig gebacken. Heiß servieren und wie eine Torte aufschneiden! Bitte bunte Rezeptsammlung anfordern: Rich. Hengstenberg, Esslingen am Neckar

vitaminstark · immerfrisch

in (4) und (6) Portionen-Dosen

versetzen. In Veits Gegenwart war alles leicht, heiter, irgendwie sonnig und immer ein wenig aufrührerisch. Annette mochte die leichte Erregung, die sie spürte, wenn sie in Veits Gesellschaft war.

Annettes Zunge glitt über die roten Lippen. War heute nicht Mittwoch? Veit pflegte mittwochs um diese Zeit seinen Kaffee in der Konditorei an der Promenade zu trinken, bevor sein Spätdienst begann. Wenn sie zufällig dort einmal vorbeiginge? Sie konnte mit einem Male gar nicht schnell genug mit dem Tablett in die Küche kommen. Dann flog sie die Treppe hinauf ins Schlafzimmer. Sie stand unschlüssig vor dem Kleiderschrank. Sie wählte lange. Wenn sie mit ihrem Mann ausging, bedurfte es keines Kopfzerbrechens. Günther pflegte stereotyp zu sagen: „Nett siehst du aus."

Wenn man Veit gegenübertrat, war es anders. Annette wurde es heiß. Sie fühlte jetzt schon Veits bewundernden Blick auf sich ruhen. Veit war Assistenzarzt in einem Kinderkrankenhaus. Die beiden Brüder verstanden sich nicht besonders. Während Annette vor dem Spiegel saß und ihr Gesicht sorgfältig zurechtmachte, erinnerte sie sich daran, daß Veit ihr zum letzten Geburtstag ein Ständchen gebracht hatte. Veit spielte Flöte. Ganz zeitig am Morgen hatte er im Garten gestanden. Eine zarte Melodie war in Annettes Schlaf eingedrungen. Als sie sich verwundert die Augen rieb, sagte ihr Mann, sich vom Fenster abwendend:

„Wieder solch eine verrückte Idee von Veit! Was sollen die Leute davon denken?"

Seine Äußerung hatte auf Annette wie eine kalte Dusche gewirkt. Günther besaß keinerlei Sinn für Romantik. Günther als Flötenspieler? Undenkbar! Aber zu Veit paßte das. Zu Veit paßte alles. Er mochte im weißen Kittel gehen oder im Frack — er machte auf jeden Fall Eindruck. Für die Kinder im Krankenhaus war er der geliebte Onkel Doktor. Von den Schwestern wurde er angeschwärmt.

Annette sah ihren Schwager Veit schon von weitem hinter der Balustrade des Cafés sitzen. Tische und Stühle standen im Freien. Der strahlende Tag, der leise fächelnde Wind entspannten die Gesichter der Menschen und machten die Frauen schöner.

Veit streckte Annette beide Hände entgegen und sagte in seiner unwiderstehlichen Offenheit:

„Du siehst wieder aus wie siebzehn! Durchbrennen müßte man mit dir! Solch eine Frau wie du hat mein großer Bruder gar nicht verdient! Wie komme ich nur zu dem Glück, dir heute zu begegnen?"

Er schob für Annette den Stuhl zurecht, winkte dem Kellner und löste dabei die Knospe, die er im Jackettaufschlag trug.

„Für dich", sagte er und legte die Rose vor Annette hin. Als er ihr ins

Fortsetzung auf Seite 140

Ba 10/62

Brisa

Jeden Morgen etwas Brisa im Haar verteilen . . .
und Sie werden sehen: Ihr Haar ist wie verwandelt!
Es hat wieder Schwung, es ist schmiegsam bis in die
Haarspitzen. Spielend läßt sich's jederzeit zur schönsten
Frisur legen. Ja, Brisa - genau auf Ihr Haar abgestimmt -
gibt der Frisur Haltbarkeit und natürlichen Schwung.

bringt eine Frisiercreme nur für »SIE«

neuen Schwung in Ihr Haar

Brisa FRISIERCREME

Mit Brisa frisiert sehen Sie reizend aus

Gestehe mir deine Liebe!

Fortsetzung von Seite 139

Gesicht schaute, war es ihr, als habe sie Sekt getrunken. Sie roch an der Rose.

„Wie geht es deinem kleinen Patienten, der von einem Lastwagen angefahren worden ist?“ wollte sie wissen.

Veit hatte ihr das letzte Mal von diesem Jungen erzählt. Sie fragte in diesem Augenblick nicht aus ehrlicher Anteilnahme. Sie vertuschte nur ihre Verlegenheit. Veits Nähe hatte wieder das Atemberaubende, das sie in Verwirrung stürzte. Ihr Blick tastete von unten her sein Gesicht ab. Veits Augen hatten die gleiche Farbe wie die Günthers. Annette hatte sich seinerzeit in Günthers blaue Augen verliebt. Jetzt stellte sie fest, daß zwei Menschen trotz gleicher Augenfarbe grundverschieden voneinander sein konnten.

Veit ließ sich Annettes verhaltenen Blick lächelnd gefallen. Annette sah heute wieder reizend aus. Wenn sie so unsicher wirkte wie jetzt, mochte er sie besonders gern. Er bezweifelte, daß sie mit seinem Bruder glücklich war. Aber Annette würde das nie zugeben, und er hütete sich, eine Frage zu stellen. Aber er wollte sie aus ihrer nachdenklichen Versonnenheit wecken — sie gehörte nämlich zu den sensiblen Frauen, die voller unbestimmter Sehnsüchte waren.

Er schob ihr die Tasse näher hin, die der Kellner auf den Tisch setzte. Dann bot er ihr eine Zigarette an.

„Bitte, bediene dich! Hier, auf der linken Seite des Etuis steckt deine Lieblingsmarke!“

Er reichte ihr Feuer. Er sah, daß ihre Hand leicht zitterte. Er tat, als sähe er es nicht, aber es ging ihm nahe, wie leicht sie bewegt war von einer so geringfügigen Aufmerksamkeit.

„Du fragtest vorhin nach einem meiner kleinen Patienten“, sagte er ablenkend. „Der Junge ist über den Berg. Er wird heute entlassen. Die Mutter holt ihn. Ich habe um die Mutter mehr Sorge als um den Jungen. Sie erwartet schon wieder ein Kind. Es ist bereits ein halbes Dutzend vorhanden, und der Mann ist Invalide. Wie diese Leute die Kinder durchbringen wollen, ist mir ein Rätsel.“

„Vielleicht könnte man helfen?“ sagte Annette sofort. Sie dachte an das Geld, das sie verschmäht hatte. Die Handvoll Scheine, die sie gekränkt beiseite geschoben hatte, waren für andere ein Vermögen.

„Darf man der Frau Geld anbieten?“ fragte sie.

„Natürlich darf man! Aber du müß-

Neu! Die Waschbeginn-Vorwahl – eine Besonderheit zu Ihrem Vorteil

Der neue BOSCH Wasch-Vollautomat bringt neue, verblüffende Erleichterungen. Er schaltet sich selbsttätig ein. Sie brauchen also beim Waschbeginn nicht mehr dabei zu sein. Bis zu 9 Stunden im voraus wählen Sie, wann Ihr BOSCH Wasch-Vollautomat mit der Arbeit beginnen soll. Das ist doch eine feine Sache, besonders für die berufstätige Hausfrau! Jetzt können Sie auch den verbilligten Nachtstrom ausnutzen. Am Morgen, nach dem Aufstehen, finden Sie Ihre große Wäsche blitzsauber und leinetrocken geschleudert vor.

Der BOSCH Wasch-Vollautomat, der bis zu 5,5 kg Trockenwäsche aufnimmt, besitzt auch die 4 BOSCH Waschtemperamente für schonendes, gründliches Waschen. Ob stark verschmutzte Berufswäsche oder hauchzarte Gewebe, ja, selbst Gardinen usw., er wäscht immer fasergemäß und wäschegerecht. In jedem Raum mit Wasseranschluß kann er ohne Bodenbefestigung aufgestellt werden. Der BOSCH Beratungsdienst wäscht Ihnen Ihren Wasch-Vollautomaten kostenlos ein.

BOSCH Waschautomaten erhalten Sie besonders preisgünstig im Fachgeschäft.

Das bewährte, engmaschige BOSCH Kundendienstnetz bietet Sicherheit für alle Zeit.

BOSCH schonend waschen, lohnend waschen

An ROBERT BOSCH GMBH Werbeabteilung Stuttgart | Senden Sie bitte kostenlos Informationsmaterial über die BOSCH Haushaltführung neuen Stils: BOSCH Wasch-Vollautomat, BOSCH Waschautomat, BOSCH Wäscheschleuder, BOSCH Kühlschränke, BOSCH Gefriertruhen, BOSCH »neuzeit« Küchenmaschinen, BOSCH Fixquirl.

test das selber tun. Ich als Arzt möchte nicht den Weihnachtsmann spielen. Wir könnten die Frau im Krankenhaus treffen, wenn sie den Jungen abholt."

Annette tippte sich gegen die Stirn. „Dumm", sagte sie. „Zu Hause liegen 200 Mark auf dem Tisch. Hätte ich die Scheine nur eingesteckt! Was machen wir nun? Willst du so gut sein und mir das Geld einstweilen borgen?"

Veit lachte. „Du verwechselst mich mit einem gut verdienenden Rechtsanwalt. In meiner Brieftasche sieht es windig aus. Zur Not könnte ich aus meinem Schreibtisch 200 hervorzaubern. Wenn dir daran gelegen ist, der Frau gleich heute die Freude zu machen, dann müßten wir zu mir in die Wohnung gehen. Willst du?"

Annette nickte und drückte die Zigarette aus

„Wir haben viele nette Freunde, genug Geld, kaum Sorgen – worauf kann man sich denn nun noch freuen?!"

Als sie zusammen fortgingen, schob Veit die Hand unter Annettes Arm. Er fand nichts an dieser harmlosen Geste. Er hätte auch dann nichts dabei gefunden, wenn er seinen Bruder Günther auf der anderen Straßenseite bemerkt hätte.

Annette war wie verwandelt. Ihr Gesicht war mit einem feinen Rot überzogen. Ihre strahlenden Augen verrieten Erwartung. Sie wollte es sich nicht eingestehen, aber das Pochen ihres Herzens nahm zu, je mehr sie sich dem Hause näherte, in dem Veit wohnte. Als er die Tür zu seiner Wohnung aufschloß, sagte sie in unterdrückter Erregung: „Ich glaube, ich war noch nie allein bei dir."

Sie wußte mit einem Male, daß sie den ganzen Weg über an dieses Alleinsein mit Veit gedacht hatte. Ahnte er, wie es in ihr aussah? Er blickte sie lächelnd an, dann ging er zu der kleinen Bar, die im Bücherschrank eingebaut war.

„Wie ich dich kenne, möchtest du jetzt einen Kirsch?" sagte er.

„Vielleicht."

Der Gang durch die sonnenhellen Straßen, Seite an Seite mit Veit, der leichte Druck seiner Hand auf ihrem Arm hatten sie trunken gemacht. Das Zimmer lag im grünen Dämmerlicht. Eine Linde bewegte vor der offenen Balkontür ihre Zweige.

„Du hast es schön hier", meinte sie, während Veit dabei war, die Gläser zu füllen. Sie hatte die Stimme noch nicht wieder in der Gewalt. Ihre Hände waren feucht. Als Veit vor ihr stand, wagte sie nicht, die Augen aufzuschlagen. In dem heftigen Verlangen, Veit möge sie küssen, gingen ihre Gedanken unter wie in dunkler Betäubung.

Er setzte die Gläser auf den niedrigen Tisch. Seine Hände lagen mit einem Male auf ihren Schultern. Seine Stimme war noch betörender als sonst. „Annette", sagte er, „ich muß es dir sagen."

Sie ließ ihn nicht ausreden. Sie legte ihm schnell und beinahe heftig die Hand auf den Mund. Ihr Körper bebte, aber sie hatte Furcht vor Veits offenem Geständnis. „Nicht reden!" bat sie ängstlich. Geständnisse erschienen ihr ungleich verhängnisvoller als Küsse und Zärtlichkeiten, nach denen sie sich sehnte. Sie wußte es schließlich auch so, daß er sie liebte. Aber durfte sie sich ein Geständnis anhören? In diesem Augenblick sah Annette sehr jung und hilflos aus in ihrem Kampf zwischen dem, wonach sie sich sehnte, und dem Wissen, daß es nicht erlaubt war. Ihr Kopf näherte sich seiner Brust. Es war nur eine zarte Berührung, aber selbst in diesem leisen Hauch von Zärtlichkeit gab sie sich ganz. Zugleich geschah etwas kaum Wahrnehmbares: Veits Blick glitt über sie hinweg.

Annettes Pulsschlag, soeben noch im klopfenden Rhythmus heißer, süßer Erwartung, setzte aus. Veits Augen waren gar nicht auf sie gerichtet. Das Aufleuchten seiner Augen galt nicht ihr. Jetzt erst entdeckte sie das Bild, das auf seinem Schreibtisch stand — eine Krankenschwester in weißem Häubchen mit lächelndem Blick.

Annettes halb erhobener Arm, bereit, sich um Veits Nacken zu schlingen, sank herab. Die Erkenntnis ihres großen Irrtums schmerzte sie heftig. Sie war im Bruchteil einer Sekunde hellsichtig geworden. Veit liebte diese blonde Schwester, die aus silbernem Rahmen herüberlächelte.

Annette nahm ihre ganze Beherrschung zusammen. Sie trat einen Schritt auf den Schreibtisch zu, dabei drehte sie Veit den Rücken zu. Er sollte das schmerzliche Zucken ihres Mundes nicht sehen.

„Wolltest du mir vorhin über dieses Bild ein Geständnis machen?" Es fiel ihr schwer, ihre Frage munter klingen zu lassen.

Veit hob das Bild vom Schreibtisch und hielt es in den Händen.

„Ist sie nicht bezaubernd?" fragte er statt einer Antwort. „Du solltest es eigentlich erst morgen zu deinem Geburtstag erfahren, daß Irene und ich heimlich verlobt sind. Ich hatte die Blumenvase vor ihr Bild gerückt, als ich an die Bar ging. Aber du hast es trotzdem entdeckt. Weißt du — Liebe ist etwas Unfaßbares. Man ist einfach machtlos."

Er stellte das Bild an seinen Platz zurück.

„Ich gratuliere dir", sagte Annette. Ihren Worten fehlte der Schwung. Die Scham über ihren Irrtum fraß an ihr.

Veit strich mit seiner Hand leicht über ihre Schulter. Lag Abbitte darin? War es der Abschied von Flirt und Liebelei? Er hatte immer ein Faible für Annette gehabt und nie ein Hehl daraus gemacht. In Zukunft mußte er vorsichtiger sein. Annette war eine von den Frauen, die kleine Münzen für Gold ansahen.

„Wollen wir uns jetzt auf den Weg zum Krankenhaus machen?" fragte er, an den eigentlichen Zweck ihres Hier-

Fortsetzung auf Seite 142

EIN WELT-KOSMETIKUM

Hormocenta

nach Geheimrat Prof. Dr. Sauerbruch

Verjüngt, verschönt und faltenlos

durch die einzige Placenta-Wirkstoff-Creme des weltberühmten Mediziners. Eine Bürgschaft für höchstmögliche Wirkung!

HORMOCENTA dringt tief in die Keimschicht der Haut, bewirkt Straffung und strahlende Jugendfrische. Aus Südamerika schreibt man: „Eine wirkliche Wundercreme – ein Märchen für die Frau." Auch namhafte Filmstars in USA äußern sich begeistert über die auffallende Hautverschönerung durch **HORMOCENTA**. Frauenärzte bestätigen die erstaunliche Glättung und Straffung der Haut. Gesichts-, Stirn- und Halsfalten verschwinden – der Teint wird klar und rosig. **HORMOCENTA** enthält **alle** Wirkstoff-Komponente, ist also hautfertig.

HORMOCENTA wird auch von jüngeren – 18-25jährigen – Damen in immer steigenderem Umfang bevorzugt, weil es der Haut einen zart-opalisierenden Schimmer gibt!

Für **jede** Haut das

SPEZIAL-HORMOCENTA

„Nachtcreme" — „Tagescreme" — „Nachtcreme-extra fett" (für trockene Haut) **und ganz neu: Hormocenta „man" (für den Mann!)**

HORMOCENTA in guten Fachgeschäften, Drogerien, Parfümerien, Apotheken

„Haarausfall gestoppt – schon nach 3 Monaten fast keine kahle Stelle mehr erkennbar!"

(Aus dem unten abgedruckten Protokoll des Dr. med. J. Gürtler)

Wer an glanzlosem oder strähnigem Haar, an Schuppen, Haarausfall oder Glatzenbildung leidet, kann heute mit der bewährten Haar-Neu-Recapil-Kur seinen Haarwuchs wieder kräftig anregen, gegen Schuppen und Haarausfall vorgehen und dadurch in seinem privaten und beruflichen Leben glücklicher und erfolgreicher sein.

So wirkt Haar-Neu-Recapil:
Die Haar-Neu-Präparate enthalten alle Aufbaustoffe des Haares, hochwertige Vitamine und natürliche Biokatalysatoren, die das Eindringen der Aktivsubstanzen in die Kopfhaut ermöglichen. Wer eine Haar-Neu-Kur durchführt, beobachtet in den meisten Fällen folgendes: Zunächst verschwinden Schuppen und Verhornung, der Haarausfall läßt nach, das haarbildende Gewebe wird regeneriert, und schließlich wird der Haarwuchs neu angeregt.

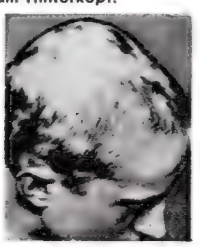
Selbst bei totalen Glatzen kann eine Behandlung mit dem Spezialpräparat Haar-Neu-Recapil aussichtsreich sein, wenn noch lebensfähige Haarpapillen in der Kopfhaut vorhanden, also die Haarwurzeln nicht abgestorben sind.

Klinische Erfahrungen in solchen Fällen:
Der Arzt Dr. med. J. Gürtler, der **Haar-Neu-Recapil** forte an 100 Personen, bei denen deshalb eine Kur aussichtsreich erschien, getestet hat, schreibt am 3. 11. 1950 über den Erfolg: „. . . nach . . . durchschnittlich drei Wochen wurde in 78% aller . . . Fälle eine Flaumbildung beobachtet, die sich . . . immer mehr verstärkte, so daß es in vielen Fällen nach 6 bis 8 Wochen zur Ausbildung neuer, gesunder . . . Haare kam . . . Dem erprobten Präparat ist eine . . . günstige Wirkung zuzuschreiben."

Sensationelle Erfolge bei ärztlichem Versuch!

Auszug aus den Protokollen (ohne Entstellung des Sinnes gekürzt) von Dr. med. Josef Gürtler, veröffentlicht in Nr. 143 am 15. 4. 1959 der Zeitschrift „Der praktische Arzt":
K. G., Ingenieur, 45 Jahre, starker Haarausfall, 4 Wochen nach Anwendung wird berichtet: Haarausfall habe aufgehört, und auf den schütteren Stellen seien neue Flaumhaare zu beobachten. Nach 2 Monaten völlige Wiederherstellung des früheren Haarbestandes.
Frau T. W., 36 Jahre alt. Am Hinterkopf seit einem Jahr progressives Schütterwerden des Haarbestandes. Nach 6 Wochen . . . ist der Haarbestand bedeutend kräftiger geworden. Nach 2 Monaten . . . völlig dichtes Haar am Hinterkopf.

Volles, schönes Haar steigert die Wirkung der Persönlichkeit.



(Aus Galewsky, Handbuch der Hautkrankheiten)
Ein besonders schwerer Fall von fleckförmigem Haarausfall. Auch hier kann Haar-Neu-Recapil bei regelmäßiger Anwendung den Haarausfall stoppen und innerhalb weniger Monate zu neuem gesundem Haarwuchs führen.

Frau R. W., 37 Jahre alt. Schwere seelische Depressionen wegen des seit einem halben Jahr einsetzenden büschelweisen Haarausfalles. Nach drei Monaten regelmäßiger Anwendung von Haar-Neu-Recapil . . . fast keine kahle Stelle auf der Kopfhaut mehr erkennbar

Informieren Sie sich kostenlos
Das sind nur einige gekürzte Auszüge aus der Vielzahl dieser in einem ärztlich überwachten Versuch an 100 Personen erzielten Erfolge mit Haar-Neu-Recapil-Präparaten. Eingehend und umfassend unterrichten Sie die hochinteressanten Informationsschriften, die Sie in Ihrem Fachgeschäft bekommen, oder die wir Ihnen auf Wunsch gerne kostenlos zusenden. Wenn Sie sich also genau über die Haar-Neu-Recapil-Präparate, ihre vorzügliche Wirkung, ihre zahllosen Erfolge unterrichten wollen, dann brauchen Sie nur den nebenstehenden Informationsscheck auszuschneiden und bei Ihrem Apotheker, Drogisten, in der Parfümerie, beim Friseur einzulösen oder auf eine Postkarte geklebt oder im Kuvert mit genauer Angabe ihrer Adresse an Apotheker Ball GmbH einzusenden.

Informationsscheck

Gegen Einsendung dieses Schecks erhalte ich völlig kostenlos und unverbindlich das hochinteressante Informationsmaterial über die bewährten Haar-Neu-Recapil-Präparate zur Haarwuchsförderung und Haarpflege. Scheck einsenden an: **Apotheker Ball GmbH, Informationsabteilung 489/18, Feilbach bei Stuttgart, Postfach 98.**
IHREN ABSENDER BITTE IN BLOCKSCHRIFT

Gestehe mir deine Liebe!

Fortsetzung von Seite 141

seins erinnernd.

Damit zerbrach er den letzten Nachhall der gefährlichen Stimmung, in die sich Annette hineingesteigert hatte.

Er zog die Schublade des Schreibtisches auf und nahm ein paar Scheine aus der Kassette.

„Hier", sagte er, „steck' das Geld ein und vergiß deine Handschuhe nicht."

Rechtsanwalt Röder kam an diesem Abend früher als sonst nach Hause.

„Hattest du Unannehmlichkeiten?" fragte Annette, als sie sein Gesicht sah.

„Man kann es auch so nennen", antwortete er ausweichend. Seine Miene blieb unbewegt — es kochte in ihm, aber er beherrschte sich. Er war von Zorn geladen vor dem Hause seines Bruders auf und ab gegangen, nachdem Veit und Annette darin verschwunden waren. Dann hatte er die beiden bis zum Krankenhaus verfolgt. Jetzt wanderte er im Zimmer auf und ab, die Hände auf dem Rücken. Plötzlich blieb er vor Annette stehen.

„Hast du dir eigentlich etwas zu deinem Geburtstag gekauft?" erkundigte er sich. Er ging direkt auf sein Ziel los.

Die flammende Röte, die über Annettes Gesicht schlug, deutete er falsch. Der Zorn ging jetzt mit ihm durch.

„Am besten, du sagst es mir offen und ehrlich", brach es aus ihm heraus. „Du warst bei Veit?"

„Ja", sagte Annette. Sie wunderte sich in diesem Augenblick nicht einmal darüber, woher Günther es wußte. Sie fühlte von neuem Scham in sich aufsteigen. Es fiel ihr schwer, ihrem Mann in die Augen zu sehen.

„Sag die Wahrheit!" drohte er ihr.

Die Wahrheit? Die Wahrheit lag zwischen Wirklichkeit und Traum — sie war nichts als ein Wunschgebilde, ein bißchen Sehnsucht nach Liebe. Würde Günther das überhaupt verstehen?

„Ich habe mir von Veit Geld geborgt", sagte Annette. Sie war um vieles weiser und reifer geworden.

„Du solltest keine Ausflüchte machen!" fuhr er sie an.

Sie schüttelte nur leicht den Kopf.

„Wir müssen Veit 200 Mark zurückgeben", sagte sie mit einer Bestimmtheit, die ihr sonst fern lag. „Ich hatte das Geld, das du mir gabst, zu Hause liegenlassen. Ich wollte jemandem eine Freude damit machen, einer armen Patientin von Veit. Bei der Gelegenheit erklärte mir Veit, daß er verlobt sei."

Rechtsanwalt Günther Röder hatte schon manches Geständnis entgegengenommen. Annettes Bekenntnis aber warf ihn fast um. Unwillkürlich glitt seine Hand über die Ausbuchtung seiner Jackentasche. Schweißtropfen

zeigten sich auf seiner Stirn. Was wäre aus den Perlen geworden, wenn sein finsterer Verdacht sich bestätigt hätte? Ins Wasser geschleudert, auf den Schutt geworfen, aus unbezähmbarer Wut? Aus grenzenloser Enttäuschung? Er hatte die Perlenkette gerade erworben, als er Veit und Annette Arm in Arm dahinschlendern sah.

Seine Hand zitterte, als er das schwarze, schmale Etui aus der Tasche zog.

„Du solltest deine Geburtstagsüberraschung eigentlich erst morgen haben", sagte er beinahe verlegen. „Aber du weißt ja — ich bin kein Held im Schenken. Machen wir nicht erst großen Zirkus wegen der Kette. Es sind ausgesucht schöne Perlen. Ich hoffe, sie gefallen dir."

Annette wurde schneeweiß im Gesicht.

„Nun, nun", sagte er begütigend. „Ist der Schock so groß? Du hattest wohl nicht damit gerechnet, daß aus mir noch ein Kavalier wird, nicht wahr? Möchtest du nicht die Kette umlegen? Soll ich dir dabei helfen?"

Er war geschickter als sie. Ihre Hände versagten ihr den Dienst. Die Perlen brannten ihr auf der Haut. Sie glaubte, die Kette wieder abreißen zu müssen. Aber da hörte sie ihn sagen:

„Du bist sehr schön, Annette! Deine Haut . . . die Perlen . . . es ist genau das Richtige für dich!"

Plötzlich und ganz unerwartet riß er sie in seine Arme.

„Annette", sagte er leidenschaftlich, „wenn du mir Grund dazu geben würdest, kann ich mich in einen Othello verwandeln — vor Eifersucht! Glaubst du mir das?"

Er küßte sie, wie er sie lange nicht mehr geküßt hatte. Die Qualen der Eifersucht, die hinter ihm lagen, erhitzten jetzt noch sein Gemüt.

Annettes Gesichtsfarbe wechselte von Röte zur Blässe. Zum ersten Male verriet ihr Günther, daß er ein leidenschaftlich eifersüchtiger Ehemann sein konnte, zum äußersten fähig.

Wenn er wüßte, dachte sie bebend — wenn er wüßte, daß ich mit dem Feuer gespielt habe!

Sie schloß die Augen. Dann schmiegte sie sich fester in seine Arme.

Als er sie endlich wieder frei gab, sagte sie: „Ich möchte, daß wir morgen abend zu meinem Geburtstag auch Schwester Irene aus dem Krankenhaus einladen. Ich möchte Veit damit überraschen."

„Ich wollte, ich hätte auch einmal solche Ideen wie du", sagte Günther. „Aber mir fällt nichts ein. Oder findest du, daß mein Gedanke, dir Perlen zu kaufen, sehr originell ist?"

„Der beste Einfall deines Lebens", entgegnete Annette. „Nur — ich verdiene die Perlen gar nicht."

„Du hättest mein Geschenk nicht verdient?" sagte er kopfschüttelnd über so viel Bescheidenheit.

Einen Augenblick lang war er in Versuchung, ihr zu gestehen, wie klein, wie schäbig er sich eben noch vorgekommen war, nachdem sie seinen häßlichen Verdacht durch harmlose Tatsachen zunichte gemacht hatte. Aber dann unterließ er dieses Geständnis. Er schwieg. Er hatte zu viele Erfahrungen in seinem Beruf gesammelt. Von neuem zog er Annette in seine Arme. Er küßte sie, weil er sie liebte, und er schwieg, weil er sie liebte. Sie sollte seine Frau sein, die in ihm den zärtlichen Gatten sah.

ENDE

nowa
HAARKOSMETIK

Jugendliche Schönheit ins Haar...

Ganz recht, verehrte Dame, Sie können es sich in Zukunft leisten, Ihrem Haar den Farbton zu verleihen, der Ihrem Typ, ihrer persönlichen Note entspricht.

Mit

DM 1,20

der modernen Tiefentönung, geben wir Ihnen die Möglichkeit, Ihr Haar echt, schnell, modern und dezent zu tönen. Diese Vorzüge werden Sie bald schätzenlernen. Sie möchten gern schwarzes, braunes, blondes Haar oder vielleicht sogar einen Modeton, wie Edelkirsche, roter Sekt, stahlblau modisch lila?

Das ist gar kein Problem:

nowa - FIXTÖNUNG

in 25 herrlich dezenten Tönen erfüllt Ihren Wunsch.

Auch ergrautes Haar ist kein bedenkliches äußeres Zeichen mehr, denn mit

nowa - FIXTÖNUNG

haben Sie die Möglichkeit, den Grauton vorteilhaft abzudecken und das Haar so frischer, interessanter und anziehender wirken zu lassen.

nowa - FIXTÖNUNG

gibt Ihrem Haar die Anmut der Jugend.

nowa - FIXTÖNUNG,

das Ergebnis jahrelanger Forschung im Dienste der Schönheit des Haares, ein Erzeugnis der

nowa-HAARKOSMETIK

Fragen Sie in Ihrer Drogerie oder Parfümerie.

nowa WESTI GMBH.,
Wuppertal-Vohwinkel, Postfach

Formschöne Gartenmöbel

1. Preis: eine 5teilige Gartenmöbelgarnitur — ein zusammenklappbarer Tisch mit kratz- und wetterfester Kunststoffplatte (Wert 79,— DM), vier „Fantasia"-Balkon- und Terrassensessel (Wert je 48,— DM).

2. und 3. Preis: je eine Gesundheitsliege, zusammenlegbar, mit bequemer Beinhochstellung (Wert je 117,— DM).

4.—10. Preis: je ein Liegestuhl (Wert je 69,— DM).

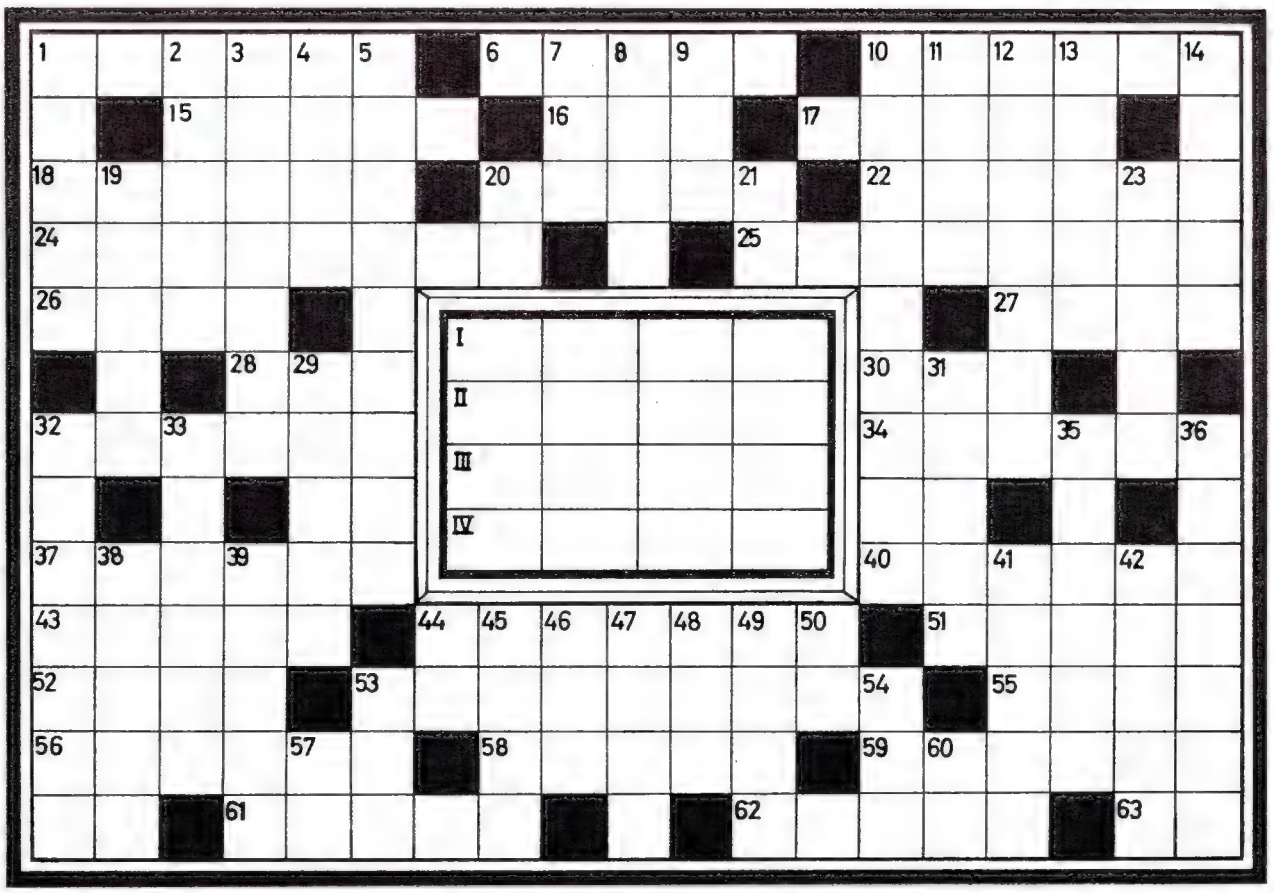
(Fa. Daub & Sohn, Hamburg)

11.—20. Preis: je ein „Fix"-Teppich-Dackel (Wert je 34,50 DM).

Die Preisaufgabe des heutigen Rätsel-Turniers — Nr. 99 — ist ein kombiniertes Kreuzwort-Silbenkasten-Rätsel. Als Endlösung sind fünf Wörter zu suchen (siehe Rätsel-Text!).

Alle Preisträger werden, wenn mehr

Unsere Preisaufgabe Nr. 99



Waagerecht: 1. blutsaugende Fliege, 6. militärischer Ausrüstungsgegenstand, 10. Gärfutterbereitung in einem Silo, 15. getrocknete Kokosnußschnitzel, 16. englische Biersorte, 17. europäische Hauptstadt, 18. Linderungs- und Heilmittel, 20. männl. Gestalt der griech. Sage, 22. Heilpflanze, 24. Rückwirkung, Gegendruck, 25. Wertpapiere, 26. italienischer Weinort, 27. altägyptische Stadt am Nil, 28. vollbrachte Handlung, 30. Mädchenname, 32. Geheimagenten, Kundschafter, 34. deutscher Komiker (Manfred), 37. weibliche Hauptfigur im Drama oder Roman, 40. die Insel des Odysseus, 43. Ort am gleichnamigen größten See Nordfinnlands, 44. Kontinent, 51. Nadelbäume mit roten Scheinbeeren, 52. Vorsilbe in Fremdwörtern (allein . . ., einzel . . .), 53. Verherrlichung, prunkvoller Abschluß eines Bühnenwerkes, 55. paarhufiger Wiederkäuer, 56. Naturgas, 58. deutscher Dichter („Harzreise"; 1797—1856), 59. Abendmahlsbrot, 61. Wundabsonderung, 62. zierliches Nelkengewächs, Gartenunkraut, 63. Flächenmaß.

Senkrecht: 1. Stadt und Eisenbahnknotenpunkt in Hessen, 2. Aufsehen, Skandal, 3. Stechmücke, 4. Mineral, 5. recherchieren, von Amts wegen nachforschen, 7. Wappentier, 8. deutscher Dichter (1917 gefallen), 9. Stadt in Marokko, 10. Malutensil, 11. persönliches besitzanzeigendes Fürwort, 12. leicht zu leiten, 13. Mädchenname, 14. Generaldirektor der UNESCO, 19. altgriechischer Fabeldichter, 20. französisch: man, 21. chem. Zeichen für Tellur, 23. volkstümlicher Ausdruck für Prügel, Haue, 29. weiblicher Kosename, 31. Kreiswendung beim Fechten und Reiten, auch: Kunstgriff, 32. Schatten, Truggebilde, 33. nordischer Staat, 35. Stadtteil von Berlin, 36. Geliebter der Hero, 38. außerordentlich, erstaunlich, 39. tierischer oder pflanzlicher Rohstoff für arzneiliche Zwecke, 41. Getreidepflanze, 42. kurz vor der Unabhängigkeit stehendes britisches Protektorat in Afrika, 45. alte Bezeichnung für Neger, 46. Tanzschritt der Quadrille, 47. Nebenfluß der Havel, 48. japan. Währungseinheit (j = i), 49. Kümmelschnaps, 50. Spielkarte, 53. Teil des Baumes, 54. Lebensbund, 57. Riesenfaultier, 60. französisch: Gold.

Silbenkasten:

I. Uhrpendel, II. Mittelmeerinsel, III. Bundesstaat der USA, IV. Unruhe, Reizbarkeit.

Haben Sie das Kreuzwort- und das Silbenkasten-Rätsel in der Mitte der Figur jedes für sich richtig gelöst und alle Begriffe genau eingetragen, so können Sie nun die gesuchten fünf Wörter der Endlösung unserer heutigen Preisaufgabe aufspüren! Folgende Begriffe werden gesucht: Angehöriger einer

Turnier

zu gewinnen!

als 20 richtige Lösungen eingehen, durch das Los bestimmt. An der Ziehung nehmen alle richtigen, termingerecht eingehenden Lösungen (auch aus dem Ausland!) teil. Die Entscheidung durch das Los ist unanfechtbar. (Rechtsweg ausgeschlossen.)

Bitte schreiben Sie Ihre **Endlösung** — also nur fünf Wörter — auf eine ausreichend frankierte Postkarte mit deutlichem Absender. (Beachten Sie bitte, daß andere auf der Karte stehenden Mitteilungen oder Anfragen sowie Briefe leider keinesfalls berücksichtigt werden können!)

Senden Sie Ihre Lösungskarte bitte bis spätestens 8. Juni 1962 (Poststempel) an folgende Anschrift: RÄTSEL-TURNIER Nr. 99, Hamburg 100.

Knispel meint:

Bitte einsteigen in den Super-Expreß: ab geht's nach Sizilien — mit dem Finger auf der Landkarte natürlich! Da braucht man keinen Reisekoffer, sondern kann heiteren Gemüts phantastische Dinge erträumen. Reisen Sie mit?

Weltreligion — Tragebehältnis — wertvolle Pelzart — freundliche Stimmung — Kurzbezeichnung für eine britische Inselgruppe nördlich der Großen Antillen.

Eines dieser fünf — hier in willkürlicher Reihenfolge! — genannten Wörter wird von den Anfangssilben des Silbenkastenrätsels gebildet (I.), die vier anderen werden Sie ohne allzu große Mühe finden, wenn Sie sich diejenigen Buchstaben herausschreiben und gruppenweise sinnvoll ordnen, die in den folgenden Nummernfeldern der Kreuzworträtselfigur stehen: II.) 8 — 9 — 14 — 24 — 27 — 33 — 42 — 46 — 51 — 55 — 60; III.) 2 — 15 — 21 — 28 — 30 — 40 — 47 — 48 — 58 — 61; IV.) 3 — 12 — 20 — 32 — 45 — 56; V.) 4 — 7 — 18 — 22 — 37 — 44 — 62.

Bitte schreiben Sie nur diese fünf Wörter auf Ihre Lösungskarte!

Mit »SCOTCHGARD« keine Angst vor Flecken mehr!
(Modelle der Firma UWE Bekleidungswerk Erwin Hucke, Nettelstedt) 2-40

Der rechte Mantel ist »SCOTCHGARD« geschützt!

Die Dame rechts trägt einen Mantel mit dem Fleckschutz im Stoff: »SCOTCHGARD«. Hochwertige Stoffe aus Natur- und Chemiefasern werden vom Hersteller mit »SCOTCHGARD« veredelt und dadurch fleckgeschützt. Der »SCOTCHGARD« Fleckschutz läßt Flecken gar nicht erst ins Gewebe eindringen. Fett oder Öl, Kaffee oder Tee, Sauce, Likör oder Rotwein werden mit einem Papiertuch einfach abgetupft.
Aus »SCOTCHGARD« geschützten Stoffen — fleckensicher und selbstverständlich auch wasserabstoßend — gibt es Damen-, Herren- und Kinderkleidung, Polstermöbel und Heimtextilien, Krawatten und Sportkleidung. Verlangen Sie beim Kauf von Textilien den »Fleckschutz im Stoff«. Sie erkennen ihn am »SCOTCHGARD« Etikett.
Bezugsquellen: »SCOTCHGARD« Service, Augsburg-Pfersee, Postf. 54

FLECKSCHUTZ IM STOFF...

® = 3M Comp.

Sonnengereifter Weizen
Nährkraft der Natur
in Aürora fertig-grieß

Alles, was zu einer köstlichen Grießspeise gehört, ist in Aürora fertig-grieß enthalten. Hochwertiges Milchpulver, kristallweißer Zucker, nahrhafter Hartweizengrieß aus besten Durum-Sorten, Schokoladenpulver oder Vanille mit herzhaften Rosinen - sogar die Prise Salz. Einfach aufkochen lassen, und schon ist eine delikate Nachspeise - ja sogar ein nahrhaftes Hauptgericht für die ganze Familie fertig.

Aürora fertig-grieß
mit Schokolade oder
mit Rosinen und Vanille

Aürora

UMSTANDSKLEIDER
preiswert und sofort lieferbar durch
Moden-Werkstätten
Ledermann
Fischen/Allgäu

Verkaufsateliers:

BERLIN W 15	Kurfürstendamm 188/189
BREMEN	Bahnhofstraße 5 (Lift)
DÜSSELDORF	Am Wehrhahn 24/1 (Lift)
ESSEN	I. Weberstraße 15
FRANKFURT/M	Gutleutstraße 97/1 (Baseler Platz)
HAMBURG 39	Dorotheenstraße 135
HANNOVER	Osterstraße 22 (Lift)
KÖLN	Hohenzollernring 16-18 (Ringpass.)
MANNHEIM	Augusta-Anlage 10
MÜNCHEN	Residenzstraße 19/20 (Lift)
SAARBRÜCKEN	Bahnhofstraße 45 (Lift)
STUTTGART	Rotebühlplatz 2, Ecke Königstr. (Lift)
WIEN VII	Mariahilferstraße 10

Farbkatalog mit Stoffmustern kostenlos, diskret und unverbindlich durch Abt. C

Buchstabenkasten

1 T	E						
2	T	E					
3		T	E				
4			T	E			
5				T	E		
6					T	E	
7						T	E

Unter Verwendung der Buchstaben: AAA CH EEE F G IIIII KK L M NNNNN Ö PP RRRRR SSS TTTTTT U X sind im Zusammenhang mit den bereits in die Figur eingezeichneten Buchstaben sieben Wörter folgender Bedeutung zu bilden: 1. schädliche, den Schaben verwandte Insekten, 2. Tonwaren, 3. verbrecherischer Anschlag, 4. Kräuterart, 5. Gestirn, 6. Geistlicher, 7. Gedenkmünze.

Die Besuchskarte

Welchen Beruf hat dieser Herr?

GERD RETARI
KOELN

Zahlenrätsel

Jede der nachstehenden Zahlen entspricht einem Buchstaben, wobei gleiche Zahlen auch gleiche Buchstaben sind. Diesen Angaben entsprechend sind die gesuchten Wörter zu finden, deren 4. Buchstaben eine kosmische Erscheinung nennen.

A) 13 — 11 — 3 — 18 — 13
B) 18 — 6 — 4 — 13 — 6
C) 18 — 6 — 10 — 6 — 4 — 13 — 14
D) 15 — 12 — 4 — 11 — 17 — 15 — 6 — 13 — 6 — 11
E) 8 — 11 — 3 — 9 — 9 — 6 — 9
F) 14 — 10 — 14 — 18 — 4 — 14
G) 14 — 9 — 18 — 5 — 7 — 10 — 14 — 1
H) 9 — 14 — 18 — 7 — 17 — 11 — 9
I) 8 — 6 — 11 — 9 — 18 — 13 — 6 — 12 — 9
K) 18 — 13 — 6 — 3 — 6 — 11
L) 4 — 10 — 14 — 2 — 2 — 6 — 11 — 18 — 5 — 7 — 10 — 14 — 9 — 1 — 6
M) 11 — 6 — 18 — 2 — 6 — 4 — 13
N) 18 — 13 — 12 — 6 — 1 — 10 — 12 — 13 — 16

Bedeutung:

A) Konzern, B) Abgesonderte kleine Glaubensgemeinschaft, C) Oberklasse eines Gymnasiums, D) Meßwerkzeug, E) Wasserstelle, F) Gebietsteil Nordamerikas, G) Attentat, H) Dickhäuter, I) Versteinertes Harzprodukt, K) Staatsabgabe, L) Exotische Schlangenart, M) Ehrfurcht, Achtung, N) Vogel.

Lösung und Gewinner des Rätsel-Turniers aus Heft 7/62:

Die richtige Lösung unserer Preisaufgabe Nr. 95 hieß: Osterglocken — Anemone — Tulpe — Goldregen — Ranunkel — Tazette.

Die Gewinner sind: 1. Johanna Sperling, Braunschweig; 2. Gotthold Starke, Bonn; 3. Elfriede Neumann, Villip; 4. Rudolf Meyer, Essen; 5. Anne Richardt, Bremerhaven; 6. Lieselotte Reichelt, Hannover; 7. Karl Horschitz, Pfarrkirchen; 8. Fritz Wittmann, Berlin; 9. Helene Junga, Rosbach; 10. Luise Pfau, München 5; 11. Anneliese Brass, Augsburg; 12. Till Matthias Landsmann, Hamburg; 13. Emma Eckart, Bayreuth; 14. H. Schröder, Traunstein; 15. Sofie Steidl, Krumbach; 16. M. Wienfort, H.-Dorsten; 17. A. Fliri, Meran/Italien; 18. Irene Rietz, Lübeck; 19. Marie Dötsch, Ingolstadt; 20. Helmut von dem Bussche, Trier.

Und hier folgt die ganze Lösung der Preisaufgabe Nr. 95:

Waagerecht: 1. Koreaner, 9. Pufferstaat, 19. et, 21. Arabien, 22. Earl, 23. Etappe, 25. Duma, 26. Rasen, 27. Uganda, 28. Laboe, 29. Quast, 30. Anprobe, 32. Liguster, 34. Nuance, 36. Knute, 39. Aloe, 41. Räson, 45. Narben, 48. Uetersen, 51. Ruin, 52. Theater, 54. Leisetreter, 56. Karneol, 57. Aal, 58. Arnsberg, 60. Abflug, 63. Alraune, 64. Radau, 67. Reiterin, 68. Ase, 69. Minna, 70. Clay, 71. Signalement, 72. rasten, 74. Halunke, 77. Arnim, 78. NO, 79. Gertrud, 83. Eriwan, 85. Rübe, 87. Elvira, 89. Rade, 90. Umgehung, 91. Zinne, 92. Enz, 93. Timor. — Senkrecht: 1. Karakul, 2. Oran, 3. Rasputin, 4. Ebert, 5. Aino, 6. neu, 7. Engel, 8. real, 9. Panier, 10. Urd, 11. flau, 12. Felsen, 13. Etat, 14. Rabe, 15. spornen, 16. Äquator, 17. Adua, 18. Tuan, 19. Ems, 20. Taten, 24. Pennäler, 31. Bast, 33. grübeln, 35. Cézanne, 37. Neer, 38. Erebus, 40. Onegin, 42. Air, 43. staunen, 44. Ohr, 46. Relais, 47. Braun, 49. Essay, 50. Erreger, 53. Oleander, 55. Tatare, 56. klimmen, 58. Arche, 59. Erik, 61. freien, 62. Ganove, 63. Ast, 65. Alarm, 66. Dali, 69. Marat, 73. Tram, 75. Uwe, 76. nah, 77. Aug, 79. Gin, 80. Erz, 81. tri, 82. Udo, 84. Nu, 86. Bi, 88. le.

Rätsel-Lösungen aus Heft 10/62: Versrätsel. Eiter — Heiter.
Rätselhafte Gleichung. A=Pen; B=Elm; C=Pope; X=Penelope.

Mit Talvena
stets begehrt

Die attraktive Kosmetik
der Zukunft heißt
Talvena

Nach langjähriger Forschungsarbeit ist es gelungen, eine völlig neue Tages- und Nachtcreme mit der einzigartigen und einmaligen Wirkstoffkombination M 32 + M 33 zu schaffen.

Runzeln, Krähenfüße und Falten verschwinden! Erschlaffte Muskelfasern straffen sich, denn exakt dosierte Biostimulatoren erneuern und verjüngen die Haut. Sie schenken jugendliche Schönheit. Das ist das Überraschende an TALVENA.

Den kosmetischen Fortschritt von morgen finden Sie bereits heute in TALVENA!

Ein Wendepunkt der Kosmetik.

Daher darf man ohne Übertreibung sagen

Mit Talvena
stets begehrt

Hersteller: H. C. Stark GmbH. u. Co., Konstanz

Das bringt das nächste Heft

FÜR SIE

Sommerliche Gastlichkeit

Unter diesem Motto erwartet Sie ein großer farbiger Sonderteil in unserem nächsten Heft. Auf 72 Seiten bringt Ihnen FÜR SIE viele neue Rezepte für die Bewirtung Ihrer Gäste, dazu praktische Anregungen für die Gestaltung großer und kleiner Festlichkeiten.

• Kaffee für jeden Geschmack. Eine FÜR SIE-Sonderbeilage mit 12 Spezialrezepten und einer Anleitung, noch besseren Kaffee zu kochen. • Der Camping-Küchenfahrplan für alle, die ihren Sommerurlaub im Zelt verbringen wollen. • Viele neue Rezepte für leckere Salate, Gelees und Süßspeisen. • Schmackhafte Torten und Kuchen nach Großmutterart. • Kühle, köstliche Mixgetränke für liebe Gäste. • Mit Liebe serviert und nett angerichtet. • Bewirtungen von Freunden vor dem Fernsehschirm. • Wir treffen uns zum Kartenspiel. • FÜR SIE-Cocktailkunde. • FÜR SIE-Besteck-Brevier. • Außerdem viele praktische Anregungen für die perfekte Gastgeberin. Ratschläge für das Vorbereiten und Servieren der Getränke und vieles mehr.

Das kleine Kleid für den Sommer

stellt Ihnen FÜR SIE im Modeteil vor. Neben schicken Röcken und Blusen finden Sie auch das beliebte Dirndl-Kleid in vielen Variationen.

Urlaub im Salzburger Seenvorland

In der 7. Folge der FÜR SIE-Reiseserie „Ihr Sommerurlaub 1962" empfiehlt Ihnen FÜR SIE dieses reizvolle Ferienparadies in Österreich.

Rosen überall

Als romantisches Dekor sind Rosen wieder große Mode: Auf Porzellan, Tapeten, Toilettenzubehör, Wandteppichen, Bezugsstoffen und Lampenschirmen.

Diät gegen Managerkrankheit

In der Serie „Ihm zuliebe" behandelt unser medizinischer Mitarbeiter diesmal das Thema: Vorbeugende Diät für Männer, die von der Managerkrankheit bedroht sind.

Frauenberuf der Zukunft: Ingenieur

Unser großer aktueller Bildbericht schildert Ihnen den Werdegang und die Ausbildung von Frauen und jungen Mädchen für technische Berufe.

Ich war zu lange Nesthäkchen . . .

In der 5. Folge „So löste ich mein Problem" gibt Michaela Arden diesmal einer 33jährigen Frau das Wort. Sie sehnte sich nach Liebe und einer harmonischen Ehe. Aber ihr falsches Verhalten vereitelte die Erfüllung dieser Sehnsucht.

Alles in
FÜR SIE
Heft 12

Besorgen
Sie sich Ihr
Heft bitte
rechtzeitig!

tuba ist auch in Österreich erhältlich.

Für die liebevolle Pflege Ihrer Teppiche

tuba
Trockenschaum

Hausfrauen, die auf eine sorgsame Pflege ihrer Teppiche und Polster achten, verwenden nur einen Spezial-Reiniger. Nur trockener Schaum richtet keine Schäden an. t u b a-Trockenschaum reinigt gründlich und schonend.
t u b a gibt Teppichen und Polstern neue Farbfrische
t u b a ist für die spezielle Pflege
von Teppichen und Polstern geschaffen.

Mit erhöhtem Faserschutz

t u b a gibt es jetzt auch als Schaum-Spray. Sie sprühen den Schaum direkt auf den Teppich oder das Polster und ersparen sich so das Schaumpressen.
Noch einfacher geht es nicht!

t u b a reinigt, wo Wasser schadet

Eine Wohltat für den Mund!

Das neuartige Kukident-Gaumenöl ist nicht nur für Zahnprothesenträger gedacht, sondern leistet auch jenen Menschen, die sich noch in dem glücklichen Besitz sämtlicher natürlichen Zähne befinden, wertvolle Dienste, weil das Gewebe des Zahnfleisches durch regelmäßige Massagen mit Kukident-Gaumenöl straff und elastisch bleibt. Zahnprothesenträger, die eine neue Prothese erhalten, sollten das Kukident-Gaumenöl von Anfang an benutzen, um die Mundschleimhaut geschmeidig zu erhalten.
Aber auch für Personen, die schon seit Jahren ein künstliches Gebiß zu tragen gezwungen sind, wird sich das Tragen wesentlich angenehmer gestalten, wenn sie die Gaumen und Kiefer vor dem Schlafengehen mit dem Kukident-Gaumenöl einreiben, da schwammig gewordenes Zahnfleisch dann bald wieder glatt wird. Das Anpassungsvermögen der Prothesen wird somit erhöht. Durch die gewebefreundliche Eigenart des Kukident-Gaumenöles dringen die Wirkstoffe sogleich in die Haut ein und verhüten das Entstehen von Entzündungen und Druckstellen.
Das mineralölfreie Kukident-Gaumenöl kommt in einer praktischen Plastik-Tropfflasche in den Handel und kostet 1.50 DM.
Zur selbsttätigen Reinigung künstlicher Gebisse hat sich das Kukident-Reinigungs-Pulver seit Jahrzehnten vielmillionenfach bewährt; zum Festhalten wird dagegen das Kukident-Haft-Pulver, in schwierigen Fällen die Kukident-Haft-Creme, benutzt.

Kukirol-Fabrik Kurt Krisp K. G., Weinheim (Bergstr.)

MAYSER

MAYSER-Hüte sind Qualitätserzeugnisse von imponierender Eleganz.
»... sicher mit MAYSER!«
Er verleiht persönlichen Stil und beweist guten Geschmack.

Täglich, weil nicht alltäglich MAYSER

FÜR sie erscheint alle 14 Tage dienstags im Jahreszeiten-Verlag GmbH. Verlag und Redaktion: Hamburg 39, Poßmoorweg 1, Telefon-Nr. 27 12 51. Fernschreiber Nr. 02 13214. Postscheckkonten: Hamburg Nr. 285 71 (Abonnements-Abteilung: Hamburg 1444 17)

Chefredakteur:
Heinz Scheibenpflug
Stellvertretender Chefredakteur:
Walter Weiland
Verantwortlich für die Texte:
Armin Gerwalt Müller
Verantwortlich für die Mode:
Helga Kulisz und Elfriede Sander
Redaktion: Carla Ott
Ingeborg Schwering
Huberta Wilke
Heidrun Gebhardt
Schlußredaktion: Camilla Anders
Handwerkliche Hausarbeiten: Gerhard Weber
Leserdienst: Erika Gundlach
Schnitte: Ursula Dreitzner
Herstellung: Harald Fedke
Anzeigen: Günter Frenz

Verlagsleiter:
Karl-Heinz Hiller

Preis des Einzelheftes: DM –,80. Abonnement durch die Post: monatlich DM 1,54 zuzüglich 6 Pf Zustellgebühr. Ausgabe mit Schnittmusterbogen: DM –,80. Postabonnement monatlich DM 1,64 zuzüglich 6 Pf Zustellgebühr. Bestellungen können bei sämtlichen Postanstalten, bei Buch- und Zeitschriftenhandlungen und direkt beim Verlag aufgegeben werden. Das Führen der Zeitschrift im Lesezirkel bedarf der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Haftung übernommen. In Österreich verantwortlich: Hans G. Kramer, Wien 1, Freyung 6. Druck: Broschek & Co., Hamburg 36. Zur Zeit ist Anzeigenpreisliste Nr. 17 gültig. Anzeigen-Auslandsvertretungen: Schweiz: Exportwerbung AG., Kirchgasse 6, Zürich 1, Tel. 051/47 46 90; Frankreich: RIPSA, Representations Internationales de Publicité SA., 9, Faubourg Saint-Honoré, Paris; England: Albert Milhado Ltd., London SW 7, 140, Cromwell Road; Österreich: FÜR SIE-Büro Dr. S. Schömig, Wien 127, Schließfach 50. – Printed in Germany. – **Auslandspreise:** „FÜR SIE" erhält man in Belgien für bfr. 10.–, Dänemark dkr. 1.50, Frankreich N. F. 1.30, Griechenland Drach. 8.–, Holland hfl. –.80, Israel 75 Agoroth, Italien Lire 160.–, Luxemburg bfr. 10.–, Österreich S. 6.–, Schweden skr. 1.10 inkl. oms., der Schweiz sfr. –.90, den USA, Kanada, zugleich Richtpreis für Übersee US-$ –.35. Außerdem in Äthiopien, Argentinien, Australien, Bolivien, Brasilien, Chile, Kuba, England, Finnland, im Iran, Island, Libanon, Mexiko, Norwegen, Polen, Portugal, der Südafrikanischen Union, der Türkei, Venezuela. – Sollten Sie die Zeitschrift „FÜR SIE" irgendwo im Ausland nicht erhalten, wenden Sie sich bitte an den Jahreszeiten-Verlag.

Quittung für Versicherungsbeitrag
Heft 11 / 1962

Versicherungsbeitrag 14täglich

zur Unfallversicherung (U)	DM —,35
zur Sterbegeldversicherung (St)	DM —,50
zur Unfall- und Sterbegeldversicherung (USt)	DM —,80
zur Unfall- und Sterbegeldversicherung (USt IV)	DM 1,10
zur FA III	DM 1,40
zur FA II (14)	DM 2,30
zur zusätzlichen Unfall-Krankenhaus-Tagegeldversicherung (UKT II), wie sie zu den Tarifen USt, USt IV, FA III und FA II (14) abgeschlossen werden kann, zusätzlich	DM —,50

Ansprüche aus der Versicherung kann nur der geltend machen, der zusätzlich eine Abonnementsversicherung abgeschlossen hat und hierüber einen Versicherungsschein besitzt. Der Versicherungsschein gibt Auskunft über den Umfang der Versicherung. Versicherer ist die Nürnberger Lebensversicherungs AG., Nürnberg, Rathenauplatz 16–18.

DRIX schafft leicht, wo Sie sich plagen!

Träger Darm
verursacht Völlegefühl, Arbeitsunlust, unreine Haut und das gefürchtete Übergewicht. Nehmen Sie

DRIX zur Regelung Ihrer Verdauung
DRIX entschlackt, reinigt das Blut
macht schlank auf natürliche Weise

erhältlich in allen Apotheken und Drogerien
Export nach: USA, Canada, Schweiz, Österreich Italien, Holland, Süd-West-Afrika, Luxemburg

Sympathisch reine Haut schenkt und erhält

Sulfoderm

Sulfoderm-Puder macht Pickel, Pusteln, Mitesser und fettigen Hautglanz sofort unsichtbar. Er ist so fein, daß seine spezifischen Wirkstoffe tief in die Haut eindringen. Sulfoderm wirkt entzündungshemmend und hält die Poren offen. Ihre Haut kann wieder atmen und erneuert sich von innen heraus zu natürlicher jugendfrischer Schönheit.
Seine vornehme dezente Parfümierung und hautgleiche Farbtönung erfüllen auch verwöhnte Ansprüche.

Probedöschen kostenlos durch
von Heyden — München 23-B3
Originaldose DM 2,20 in Ihrem Fachgeschäft

c-w P 1/61

Feinste Aufbauteilchen aus natürlichem Milcheiweiß geben den bewährten FISSAN-Präparaten die hervorragende Wirksamkeit.

FISSAN

da wirkt die Natur

KINDER PUDER
KINDER SCHUTZCREME
Dose mit 20 ccm, 50 ccm und 150 g
KINDER SEIFE
KINDER OEL in der Tube
baby OEL in der Plastikflasche
80 ccm und 180 ccm

erhältlich auch in Österreich, Italien und der Schweiz

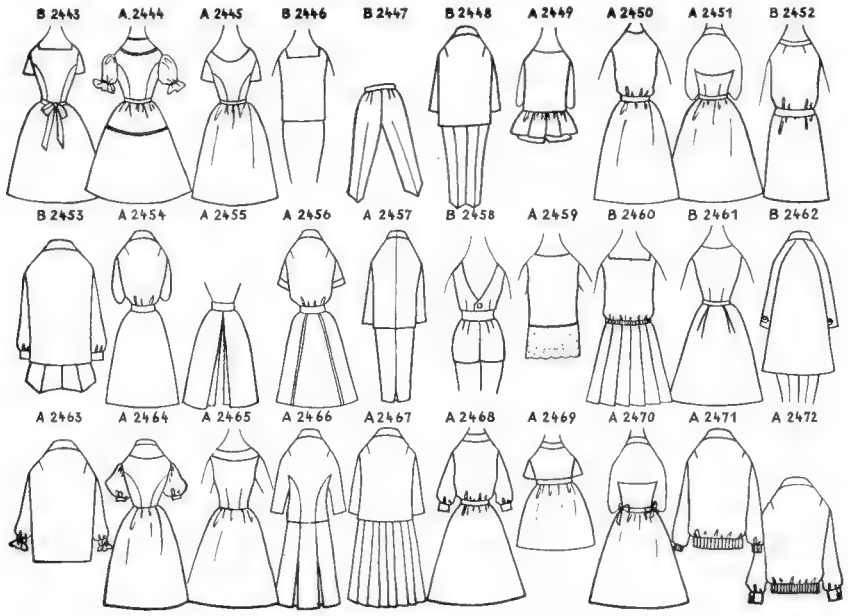
müde Füsse kenne ich nicht!

Ist Ihnen so manche frohe Stunde versagt, weil Ihre Füsse nicht mehr mitmachen? Schade! Tausenden ging es genauso, bis sie hörten: „Efasit - die Füsse machen wieder mit!" Ein himmlisch wohltuendes Efasit-Fussbad und danach Efasit-Fussbalsam, schon sind die müden Füsse wieder munter. Versuchen Sie es! Jedes gute Fachgeschäft empfiehlt Efasit. Sie werden staunen, wie auch Ihre Füsse sich bessern, wie beschwingt Sie wieder durchs Leben gehen. Denn Efasit erfrischt nicht bloß, es stärkt und hilft, schenkt allen gesündere Füsse.
Efasit-Fusspflege gibt Wohlbefinden.
Darum: Stets gut gelaunt, weil gut zu Fuss - mit

Efasit

Efasit-Fussbad · Efasit-Fusscreme
Efasit-Fusspuder · Efasit-Fussgeist
Efasit-Fussbalsam

Dreißig schicke FÜR SIE MODELLE zum Nachschneidern



So bestellen Sie FÜR SIE-Schnitte

Zu jedem in diesem Heft mit Buchstaben und Zahl bezeichneten Modell gibt es Einzelschnitte in den angegebenen Größen. Preis DM 1,40; für Kinder- und Blusenschnitte DM 1,—. Bitte zahlen Sie den Betrag gleich auf unser Postscheckkonto ein. Die Zustellung per Nachnahme kostet DM 0,55 mehr. Wichtig ist dabei, daß auf dem Abschnitt vermerkt wird, daß n i c h t noch eine Postkarten-Bestellung extra abgeschickt wurde, sondern daß die Angabe der gewünschten Muster auf der Rückseite gleichzeitig Ihre Bestellung ist. Bei Postkarten- bzw. Briefbestellungen ist die Angabe der Zahlungsweise „ob per Nachnahme oder Postscheck", äußerst wichtig! (Ohne diese genaue Angabe verzögert sich die Lieferung der Schnitte.) • Unsere Leser in Österreich richten ihre Bestellung an das Wiener FÜR SIE-Büro. Preis S 9.50 für jeden Normalschnitt; S 6.50 für Kinder- und Blusenschnitte. • Unsere Leser im übrigen Ausland bestellen FÜR SIE-Schnitte ebenfalls in Hamburg. Als Zahlungsmittel gilt der internationale Antwortschein (Coupon Réponse International), der auf jedem Postamt erhältlich ist. Ein Antwortschein hat den Wert von 0,40 DM.

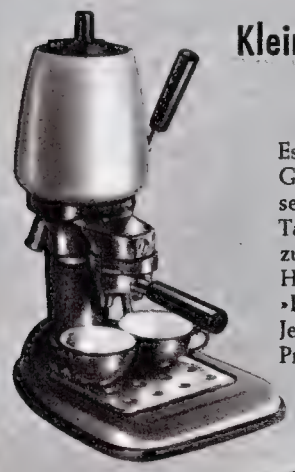
Schnittbestellungen richten Sie bitte an die FÜR SIE-Schnittmusterabteilung, Hamburg 39, Poßmoorweg 1. (Postscheckkonto: Hamburg 718 88.) Unsere Leserinnen in Österreich bestellen FÜR SIE-Schnitte bei unserem Büro Wien 127, Schließfach 50, und zahlen auf das Postscheckkonto Wien 1286 60, „FÜR SIE", Hamburg, ein.

Ob aus Roggen oder aus Weizen, ob mit Milch oder Quellwasser gebacken – immer ist Wasa Schweden-Knäcke gutes, reines Vollkornbrot. Immer enthält es den ganzen natürlichen Reichtum des Getreidekorns an lebenswichtigen Nähr- und Vitalstoffen. Deshalb schmeckt es auch so gut, deshalb ist es auch so bekömmlich und gesund. Wasa Schweden-Knäcke, immer ein Freund der schlanken Linie, immer

Gesundheit aus Schweden

Aus den größten Knäckebrotwerken der Welt, AB Wasa Spisbrödsfabr. Filipstad

ZANUSSI

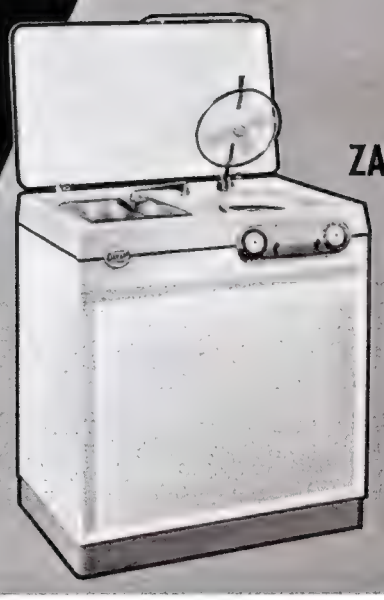


Klein-Espresso „La Peppina"

Espresso nach deutschem Geschmack: Kaffee von seiner besten Seite – köstlich! Tasse für Tasse frisch zubereitet mit der preiswerten Haushalts-Espresso-Maschine »La Peppina« von ZANUSSI. Jedermann ist begeistert. Prospekt anfordern!

ZANUSSI Kühlschrank

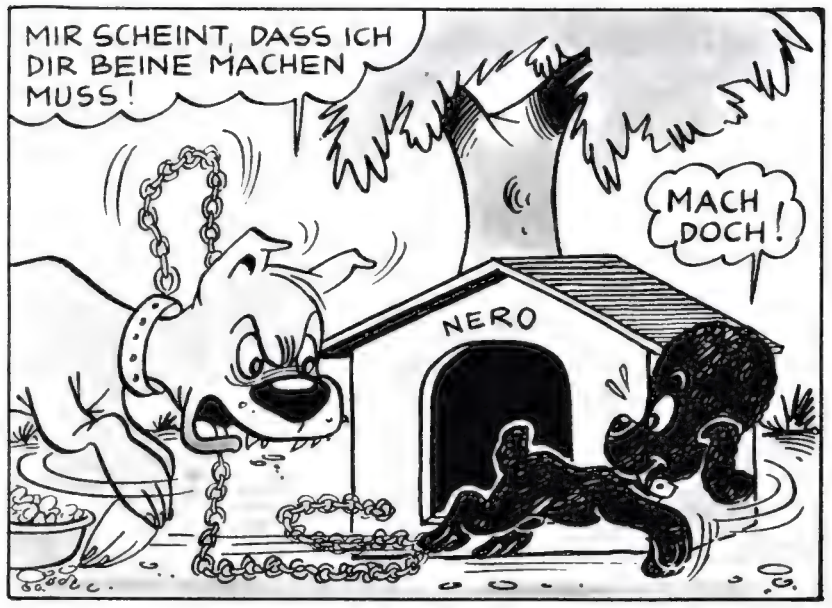
Vom Tischmodell bis zum großen 310-Liter-Schrank – alle ZANUSSI-Kühlschränke sind mit dem vorteilhaften und stromsparenden Tropic-System ausgestattet. Zanussi bietet Kühlschränke in vorbildlicher Formgebung.

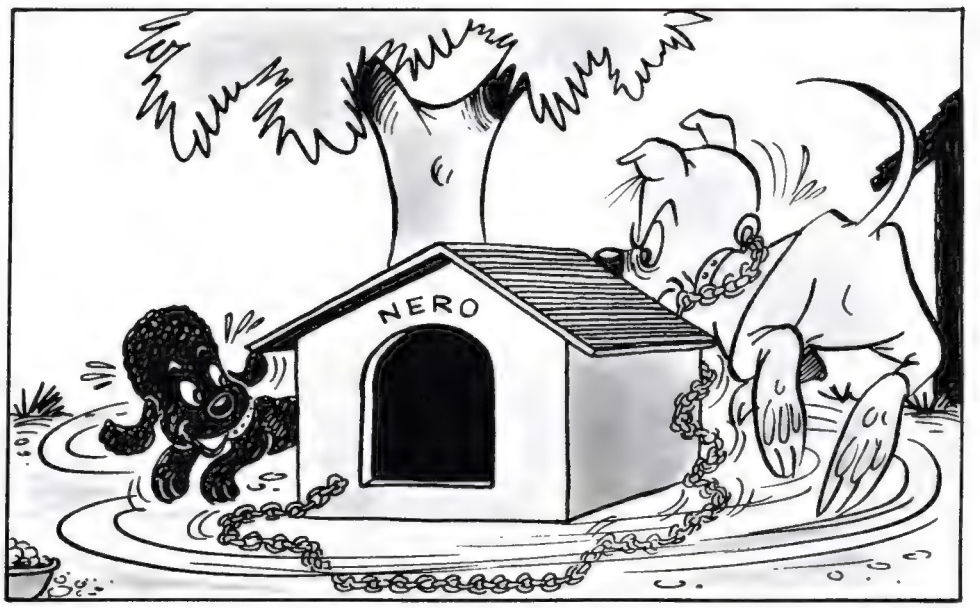


ZANUSSI Waschmaschine 202

Düsen-Waschmaschine mit vielen Vorzügen für die Hausfrau und die Wäsche. – Der Fachhandel führt ZANUSSI-Haushaltsgeräte. Überall zuverlässiger Kundendienst. - Prospekte von ZANUSSI GmbH, Frankfurt/M Mainzer Landstraße 87/89

Copyright by FÜR SIE





Für
mich
nur

NYLON
NYLtest®
DEUTSCHE RHODIACETA

getestet und
kontrolliert

Denn das steht fest: NYLTEST-Hemden sind enorm haltbar, hautangenehm, weil luftdurchlässig, und absolut bügelfrei. Nur durchwaschen abends, tropfnaß aufhängen, und morgens haben Sie ein frisches Hemd. Kein Kochen, kein Bügeln! Das ist wirklich Fortschritt. Was Millionen tragen, sollten auch Sie probieren. NYLTEST-Hemden und selbstverständlich auch NYLTEST-Blusen gibt es ja überall zu kaufen. Sie haben die Wahl zwischen 2 Ausführungen: „NYLTEST mit blockierter Masche" und „NYLTEST tissu classique". Fragen Sie danach.

JUNG SEIN · JUNG BLEIBEN:

Natur-Kosmetik treiben!

Sie beseitigt Pickel, Mitesser, vorzeitige Altersfältchen; öffnet Ihnen Herzen und Türen durch gesunden, jugendfrischen Teint; bleibt der Hüter Ihrer Schönheit weit über die üblichen Jahre hinaus. Ob noch jung oder schon älter: es lohnt sich,

Aok Waschcreme

(Seesand-Mandelkleie in der Tube)

zu vertrauen. 3fach wirksam und anstelle von Seife anzuwenden, reinigt sie mild und schonend, massiert Unreinheiten und Schlaffheit fort, verbindet damit gleichzeitig aber noch funktionsaktivierende Kosmetik. Ihr Teint blüht auf, läßt Sie froh in den Spiegel sehen. Und Aok Fettcreme mit köstlichem Mandelöl vollendet, was Aok Waschcreme Ihnen immer von neuem schenkt: reinen Teint, schöne Hände.

Schönheits-Gutschein Nr. F 162

für eine 5-Tage-Gratiskur mit Aok Waschcreme. Mit Adresse und 30 Pfennig für Versandspesen bitte einsenden (oder Nr. angeben) an Aok Exterikultur, Bad Münster a/Stein.

Aok NATUR-KOSMETIK

natürlich und deshalb gut

und Hornhaut können Sie oft in einigen Tagen selbst beseitigen durch die millionenfach bewährten, echten **„W-Tropfen"**. **„W-Tropfen"**, aufgetragen, verwandeln sich in wenigen Sekunden in ein festes Pflaster. Dieses Pflaster paßt sich genau dem Hühnerauge an. Es trägt nicht auf, es drückt nicht, es stört nicht beim Laufen, und es verschiebt sich nicht. **„W-Tropfen"** haben eine eigenartige **Tiefenwirkung**. Daher erweichen sie auch den tief in der Haut sitzenden Hornzapfen und jede harte Haut. In einigen Tagen heben Sie das Hühnerauge mit der Wurzel heraus. Auch die Hornhaut schält sich ganz leicht ab.

Originalflasche in Apotheken und Drogerien zu haben.

W-Tropfen

Noch bequemer mit

ELASLIP

Für jede Größe und jede Figur

phantastisch im Sitz, elastisch wie ein Hüfthalter, waschbar wie ein Slip, in Baumwolle und Helanca gleich wirkungsvoll.

Schöpfungen der Weltfirma

la Sirène PARIS

Bezugsquellennachweis

J.J.UNFRIED Miederfabrik

Göppingen/Württemberg 51

Trevira, Dralon, Diolen

dann fordern Sie noch heute kostenlos und unverbindlich Stoffmuster und Preislisten an.

H. STRACHOWITZ · Abt. 2/Q

BUCHLOE/SCHWABEN

Deutschlands größtes Reste-Versandhaus

Jetzt ohne Anzahlung ein

BLUM-Fertighaus

Abt. 95, Kassel-Ha.

Einem Teil unserer heutigen Ausgabe liegt ein Prospekt der Firma **Wolff & Sohn, Karlsruhe,** bei, den wir der besonderen Aufmerksamkeit unserer Leser empfehlen.

Kommt der Storch zu Ihnen?

Dann fordern Sie meinen kostenlosen Farbkatalog über Babyausstattungen an. URSULA ULLRICH, Abt. 2, Erlangen-Buckenhof.

Von Haus zu Haus

Unser Kleinanzeigenmarkt für Sie

Heiraten

Ob ich nach einer großen Enttäuschung wieder hoffen darf? Werde ich wohl bald eine liebevolle und anschmiegsame Frau finden, vielleicht auch mit 1 oder 2 Kindern, die ich von Herzen lieben und verwöhnen kann? Welche Frau ist bereit, mit ihrer Liebe und Zärtlichkeit unsere Ehe harmonisch zu gestalten? Was in meinen Kräften steht, will ich zu unserem Glück beitragen. Ich bin 44/176, Architekt in sehr guter Position, mit sehr hohem Einkommen, Wagen usw. und möchte nicht mehr allein durchs Leben gehen. Ich sehne mich nach einer liebevollen und treuen Lebensgefährtin. Sind „SIE", liebe Leserin, vielleicht die Richtige für mich? Dann schreiben Sie doch bitte bald! Nähere Auskunft unter G/205191 erteilt Altmann GmbH., Hamburg 22.

Glücklich sind Tausende evangelischer Menschen, die sich in den letzten fünfzehn Jahren durch uns gefunden haben. Gratisschriften diskret verschlossen ohne Absender. Deutschlands größte evangelische Eheanbahnung **„Die Weg-Gemeinschaft" Detmold (Lippe), Postfach 224/FS.**

Herzensharmonie ist für die Ehe allein entscheidend! Bin Doktor mit gutem Einkommen und Vermögen; 31/180, kultiviert, männlich und ledig. Mein Heim in der herrlichen Schweiz wartet: Auf Sie? Näh.: „10:78" Institut Erich Möller, Wiesbaden, Humboldtstraße 5.

Einsam? Fordern Sie gratis das 50seitige bebilderte Angebot von Deutschlands größtem Institut für Ehevermittlung mit dem größten Klientenkreis — somit der größten Partnerauswahl! Versand in verschlossenem Umschlag ohne Absender. ALTMANN GmbH., Abt. S 45, Hamburg 22.

Facharzt, 35/1,83, jugendlich, sportlich, ledig. Habe hohes Einkommen und suche kein Vermögen, sondern Liebe für meine Ehe, denn mein Herz ist einsam. Darf ich in meinem Mercedes kommen? Näh. 11 64, Institut Horst BAUR, Post über Stuttgart-S, Weissenburgstr. 2 A.

Warum noch einsam? Tausend Deutsche, Schweizer, Amerikaner suchen Ehepartner jeden Alters. Keine Vermittlergebühren. Einzelheiten diskret gegen Rückporto: AMERIKA - BÜRO, 148/664, Starnberg.

Selbst. Ingenieur, 46 Jahre, 1,80 groß, ledig, eigene Wohnung und DM 100 000,— Vermögen, wünscht Heirat durch **Frau Dorothea Romba,** Duisburg, Mercatorstraße 114 — Ruf 20340.

Nur katholische Ehen durch den seit 40 Jahr. erfolgreichen Neuland-Bund Josef Bösl, 8, München-Pasing. **Prospekt kostenlos.**

Bekanntschaften

Industriekaufmann (Raum Stuttgart), 28/180, kath., möchte gern nettes, gutaussehendes jung. Mädchen kennenlernen. Bildzuschriften erbeten unter P 159 FÜR SIE, Hamburg 39.

Briefwechsel

Brieffreundschaften vermittelt im In- und Ausland IKV R. Kunau, Göttingen, Postfach 748/C. Bildprospekt kostenlos!

Töchterheime

Haushaltungsschule in Oberbayern. Staatlich gef., Handelsfäch., Sprachen, neuzeitlich. Ernährungszweig. Sommer / Wintersport, Gebirgslage, eigener Tennisplatz. Auch Sekretärinnen - Ausbildg. G. Stahmer, Aschau (Chiemgau).

München, Töchterheim Elpa, Frau Else **Passavant,** Franz-Josef-Str. 23. — Haushalt, Allgemeinbildung, Gesellschaft, Sport, Intern — extern. Prospekt.

Reisen und Erholung

„Haus am See", Schleswig - Süderfahrenstedt. Absolute Ruhe für: „Ferienkinder" (jederzeit), „werdende Mütter" (im Seegästehaus). Vermittle „Wochenendhaus" (Angeln, Rudern).

Ideale Landerholung: Reitpferde, Schwimmbad, Sauna, großer Garten. Reitkurse. Hotel Schloß Sindlingen bei Herrenberg/Württ.

Kosmetische Kliniken

KOSMETISCHE OPERATIONEN, Klinik Prof. Stocker, Chefarzt Dr. Pflugbeil. Gesichtsspannung, Nase-, Ohr-, Lidkorrekt., Glatzenoperat., Brustplastik. Frankfurt/M., Niedenau 40, Telefon: 72 45 44.

Operative und konservative **Kosmetik.** Privatklinik, Stuttgart-W., Obere Paulusstr. 70, Tel.: 6 87 95, Leitender Arzt: Facharzt Dr. Limberger.

Kosmetische Operationen, Klinik Werdenfels, Garmisch. Freiprospekt S.

Empfehlungen

Ihr Sohn will Rundfunktechniker werden — Schenken Sie ihm das neue RIM-Bastelbuch 1962 — 288 Seiten. — Zahlreiche interessante Bastelanregungen. Nachnahme Inland DM 3,40. RADIO-RIM, 8 München 15, Bayernstraße 25.

2 Kilo Stoffe DM 30,—, vollverwendbare Fabrikreste für mehrere Kostüme, Kleider, Blusen, Röcke, Hosen. Bei Angabe der Farbwünsche Bemusterung portofrei zur Ansicht. Wilh. Lenz, 29/6, Wuppertal-Elberfeld.

Baby - Ausstattungen komplett von der Windel bis zum Kinderbett. Gratis-Katalog Karola Hermann, Frankfurt (Main) 16, Postfach 16007 (N).

Alle Frauen wünschen Wäsche mit besonderer Note, Katalog von HERTEL-SI, Braunschweig, Fach 71.

Elegante Kinderwagen. Qualitäts - Babywäsche. Direktkauf Ihr Vorteil. Farbiger Gratiskatalog S. Kinderwagenfabrik Ellermann, Philippsburg/Bd.

Echte Honan-Seide von zauberh. Schönheit in 60 Farben und wundervolle gemusterte Japanseiden. Mustermappe zur Ansicht. Sprenger, Seidenversand, Hamburg 26, Fach 7950/FS.

Aparte Damenwäsche liefert preiswert LANGFELD, 6 Frankfurt/Main, Schließf. 13305 — Liste gratis!

Unterricht

Arzthelferin, der ideale Frauenberuf! Sehr gute Berufsaussichten. Nächste Halbjahres- u. Jahreslehrgänge beginnen Anfang Oktober in Essen, Stuttgart, Karlsruhe, Hannover. Nach bestandener Abschlußprüfung sofortige Anstellungsmöglichkeiten. Interessanten Freiprospekt nur durch das Lehrinstitut für kaufmännisch-prakt. Arzthelferinnen Dr. med. Glaeser, Essen, Juliusstraße 13.

Nebenberufliche Ausbildung zum Techniker und Ingenieur mit der Möglichkeit des staatlichen Ingenieurabschlusses in den Fachrichtungen: Maschinenbau, Bautechnik, Elektrotechnik, Heizung / Lüftung. Weitere Berufsziele: Betriebswirt, Bilanzbuchhalter, Werbefachmann, Grafiker, Techn. Zeichner, Innenarchitekt, Architekt, Schriftsteller und Schriftleiter. Studienpläne mit Berufshandbuch kostenlos. STUDIENGEMEINSCHAFT, DARMSTADT, Abt. F 10.

Stenografie in fünf Wochen! Anfangs-Fernkurse / Fortbildung / Eilschrift. Freiprospekt anfordern, Fernsteno Verlag, (16) Offenbach / Main. Postfach 272/F.

Abitur/Mittlere Reife. Die leichtfaßliche, individuelle Vorbereitung auf die staatlichen Prüfungen durch Fern-Unterricht — zu Hause, in Ihrer Freizeit! 95 weitere kaufm. und techn. Berufsziele: Buchführung, Deutsch, Rechnen, Schriftverk., Sekretärin, Steno- / Masch.-Schreib., Groß- u. Einzelhandel, Werbung u. Verk., Betriebswirt, Handlungsgeh.- u. Meisterprüfungen, Radio- u. Fernseh-, Elektro- und Chemotechn., Fremdsprachen usw. Verlangen Sie gleich per Postkarte den 232seitigen kostenlosen Berufs- u. Studienhelfer von Deutschlands größter Fernschule, **Hamburger Fern-Lehrinstitut, Abt. 44 DN, Hamburg-Ra.**

Lerne daheim! Steno-Maschinenschreiben. Prospekt frei! Breunig's Lehrinstitut, Abt. 17/S, Göttingen.

MODERNES STRICKEN

Schätzen Sie es, wenn die Nachbarin den gleichen Pullover kauft wie Sie? Nein doch! Stricken Sie darum selbst! Es ist kinderleicht und geht blitzschnell mit dem neuesten Handstrickapparat.

ORION

Senden Sie mir bitte gratis und unverbindlich Prospekte über Ihren Handstrickapparat ORION

Name ..... Vorname .....

Straße ..... Ort .....

BON

Ausschneiden und einsenden an:

Verion GmbH., Abt. 90, Holzhausenstr. 16, Stuttgart-Vaihingen

Fahrlehrer(in)

der zukunftsreiche Beruf

Ihre Ausbildung erhalten Sie in 4- und 8-Wochen-Lehrgängen oder durch Fernstudium bei

Fahrlehrer-Fachschule SEELA, Braunschweig

Größte und vorbildliche Ausbildungsstätte im Bundesgebiet mit Internat. Verlangen Sie kostenlos u. unverbindlich 24seitige Aufklärungsschrift Z 53.

wolff

Neuer Katalog!

Schickes Deux-Pièces im „Uniform"-Stil. Gr.: 36-44. **39,50**

Große Auswahl an preiswerten und schicken Modellen in bester Qualität. Farbigen Katalog sofort anfordern! Auch Teilzahlung!

Versandhaus wolff

Abt. 448 · Berlin SW 11 · Postf. 58

Bestellergruppen fordern Sonderbedingungen

„IGLO" WINDSCHUTZ

FALTBARE LAUBE!

PLASTIK weiterfarbig, farbig, ideal für AUTOKOFFER, Garten, Terrasse, Strand. Farbprospekt kostenlos!

ab **150,-**

DAUB & SOHN Abt. 19 2 HAMBURG 22

Mohn in den Bergen

der neue Roman der Erfolgsautorin

Alice Ekert-Rotholz

Die geheimnisvolle Geschichte der Marie Bonnard — buntes, bizarres Leben zwischen Paris, London, Stockholm und Bangkok. 512 Seiten, Leinen DM 16,80. Bestellen Sie bitte beim

BÜCHERHAUS NORD-SÜD

Abt. B 42 — Hamburg 39, Heidberg 1–9

Junge Damen verleben in frisch-fröhl. Gemeinschaft in der bekannten Privatlehranstalt Dr. Nitsch, Bad Harzburg, ein wunderschönes Halbjahr. „Kaufm. - praktische Arzthilfe" u. „Fremdsprachliche Korrespondentin". Englisch / Französisch / Spanisch. Halbjahres- und Jahreskurse mit amtlicher Abschlußprüfung, auch Vorbereitung auf Dolmetscherprüfung. Interessante Frauenberufe. Sehr gute Berufsaussichten. Wohnheim. Ausbildungsbeihilfen. Freiprospekt FS.

Stenotypistinnen, in 4 Wochen Schluß mit Nervosität und Abgespanntheit! Statt dessen: Mühelos hohe Geschwindigkeiten meistern, Nerven schonen — welche Wohltat! FERNKURSUS für FORTGESCHRITTENE (Eilschrift mit modernsten Satzkürzungen) des früheren europäischen Meisterschreibers hilft garantiert. Begeisterte Schülerinnen. Auskunft kostenlos FERNSTENO, Bochum, Postfach.

Wer will Sprachen lernen? Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch oder Portugiesisch daheim im persönlichen Fernunterricht mit ständiger Kontrolle des zunehmenden Könnens bis zum Abschlußzeugnis. Es lohnt sich, den kostenlosen Prospekt anzufordern. **Zickerts F. S. Sprachkurse,** München 55 (Großhadern).

Sekretärinnen-Studio Baden-Baden, Mitglied der Sekretärinnen-Akademie BDS — Internationale Berufsfachschule — Ganzjährig — Drei-Wochen-Ferienkurse — Viertel-, halb-, einjährige Ausbildung zur geprüften Sekretärin BDS mit Paß und Diplom.

An alle Stenotypistinnen: Sekretärinnenkurse im In- und Ausland, 2 und 3 Wochen mit Vollpension ab DM 279,—. Berufsfortbildungswerk des DGB, Abtlg. Internatslehrgänge, Düsseldorf, Mintropstraße 19.

Lerne daheim! Sekretärin - Fernlehrgang. Prospekt frei. Breunig's Lehrinstitut, Abt. 17/F, Göttingen.

Arzthelferin mit Diplom. Halbjährige Berufsfachlehrgänge für kaufmänn. - praktische Arzthelferinnen. Kursbeginn jeweils April und Oktober. Modernes Wohnheim. Ausbildungs-Beihilfen. Fordern Sie Freiprospekt 2 Z. Priv. Lehrinstitut Dr. med. Buchholz, Univ.-Stadt Freiburg (Schwarzw.). Starkenstraße 36.

Berufsaufstieg! Durch leichtfaßlichen, persönlichen HFL-Fernunterricht mit Aufgabenkorrektur per Post und Abschlußzeugnis. 97 verschiedene Kurse: Abitur / Mittlere Reife, Buchführung, Deutsch, Rechnen, Schriftverk., Sekretärin, Steno- / Masch.-Schreib., Groß- und Einzelhandel, Industriekfm., Lagerverwalter, Handelsvertreter, Versicherg., Betriebswirt, Handlungsgeh.-Prüfg., Meisterprfg., Bau-, Maschinenbau-, Elektro-Techn., Techn. Zeichner, Fremdsprachen usw. Verlangen Sie sofort den 232seitigen Berufs- und Studienhelfer. Postkarte lohnt an Deutschlands größte Fernschule, **Hamburger Fern-Lehrinstitut, Abt. 44DL, Hamburg-Ra.**

Wollen Sie Schriftsteller(in) werden? Durch Lehrgang „Hohe Schule des Schreibens" lernen Sie, wie man Geschichten schreibt, die sich verkaufen lassen. Berufshandbuch und Studienpläne kostenlos. Studiengemeinschaft (Abt. F 10), Darmstadt.

Revolution! In 3 Wochen Zehnfinger blind, Steno 150 Silben 5 Wochen! Eilschrift! Stenotypist., Sekretärin usw. Bürofächer-Umschulung. Freikatalog „Reform - Schnellmethode"! Dr. Kuhr's Fernlehrinstitut, Heidelberg, Fach 7.

Kosmetische Berufsausbildung in Halbjahreskursen; vom Deutschen Fachverband anerkannt. Frau Friedl Groh, München, Neuhauserstr. 24.

Funnemannschule, Schülerinternat Schloß Senden i. W. — Töchterheim Münster i. W. Zweijährige, einjährige, halbjährige und einjährig höhere Handelsklassen — Sprachklasse für Englisch — Spanisch. Individ. Betreuung, Freiprospekt anfordern.

Lernt Sprachen! Englisch, Franzosisch, Italienisch, Spanisch, Russisch — Freiprospekt durch ROGGE (6903), Neckargemünd, Abt. 3.

Modezeichnen u. alle and. Gebiete d. Freihandzeichnens, wie Karik., Porträt, Akt, Rekl. usw., lernen Sie leicht u. schnell durch uns. bew. Fernunterr. Bitte, fordern Sie noch heute illustrierten Freiprosp. FS an. **Fernakademie Karlsruhe.**

Düsseldorfer Fachschule für Kosmetik, Dr. med. Etscheit, Haus der Schönheit, Liesegangstr. 13, Kurse 6 und 12 Monate, Bildprospekt.

Frauenberufe: Kaufm.-prakt. Arzthelferin, Auslandskorrespondentin, Sekretärin. ½ oder 1 Jahr, Kursbeginn: 1. Oktober 1962. Freiprosp. Privatschule Dr. Jungbecker, Düsseldorf, Kronprinzenstr. 80—84.

Lerne daheim! Deutsch - Fernlehrgang. Ziel: „Richtiges Deutsch — guter Stil". Prospekt frei. Breunig's Lehrinstitut, Abt. 17/D, Göttingen.

Lerne daheim! Buchführung und Bilanz. Prospekt frei. Breunig's Lehrinstitut, Abt. 17/B. Göttingen.

Lerne daheim! Umschulung in aussichtsreiche Berufe: Buchhalter(in), Lohnbuchhalter(in), Bilanzbuchhalter(in), Steuerhelfer(in), Stenotypist(in), Korrespondent(in), Werbefachmann und andere. Aufstieg durch unsere bekannte Fernschulung mit wichtigen Abschlußzeugnissen. 100seitiger Katalog frei. Breunig's Lehrinstitut, Abt. 17/U. Göttingen.

Lerne daheim! Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch. Prospekt frei! Breunig's Lehrinstitut, Abt. 17, Göttingen.

Verschiedenes

Jersey - Kleider - Reste, doppelt gestrickt, fehlerfreie Kleidercoupons, modernste Farben und Jacquardmuster, 3 Pfund ausreichend für ca. 2 Kleider. Gesamtpreis **DM 23,45** u. Porto. Rückgaberecht, Nachnahme. Bornstein, Immenstadt/Allgäu, Abt. A. Restepreisliste kostenlos.

GRÖSSER WERDEN — auch Erwachsene in kurzer Zeit. Aufklärung über ärztlich bearbeitete Methode und sicheren Erfolg gratis und diskret durch: Gilmozzi, München 50, Fach 303, Abt. FS 50/303. In Österr. Statura-Versand, Innsbruck, Fach 264/FS 50/303.

Haarsorgen? Ausfall, Schuppen, Schwund, brechendes, spaltend., glanzloses Haar? Ca. 250 000 bearbeitete Haarschäden beweisen Erfahrung. Tägl. begeisterte Dankschreiben. Ausgekämmte Haare an: Haarkosmet. Labor, Frankfurt (Main) 1, Fach 3569/44. Sie erhalten kostenlose Probe.

Erröten, Unsicherheit, Hemmungen, Angst, **Kontaktschwierigkeiten?** Dann — **Leon - Hardt** - Methode. Tausende von Empfehlungen! Prospekt **nur** v. Verfasser **selbst.** Leon Hardt, Abt. S, München 13, Schließf. 130.

England - Aufenthalt, eine Bildungsmöglichkeit. Wenden Sie sich an: Au Pair (London), 24, Kensington Church Street, London, W. 8, Telefon: WESTern (London) 9516.

Studio Boloni / Düsseldorf / Wilhelmplatz / Ruf 16081 / 43 32 24 / Mannequin-Ausbild. / Lady School / Getrennte Ferienkurse. Freiprospekt.

Beinkorrekturen bei O-Beinen, Muskelschwund der Waden und sonst. Beinfehlern, Prospekt kostenl. Frau Elsbeth Schröder, Wiesbaden, Schließfach 2105, Bärenstr. 8 (Ecke Langgasse 33), Abt. 31.

Ins Ausland? Möglichkeiten in USA und 26 anderen Ländern! Fordern Sie unser „Wann? Wohin? Wie?-Programm" gratis, portofrei von International Contacts Abt. FS 3, Hamburg 36.

Grade Beine Mecanic OJX Corrector. Neuartige Erfindung. Anleitg. GRATIS durch Gilmozzi, Abt. FSX 8/111, München 8, Fach 111. In Österr. Innsbruck, Fach 264 FSX 8/111.

Erwarten Sie ein Baby? — Dann lohnt es sich, den neuesten Farbkatalog für Baby-Ausstattungen kostenl. anzufordern. Baby-Walz, Abt. 76, Bad Waldsee.

Horoskope. Nichteintreffen Honorar zurück. Prospekt frei. A. Imiela, geprüfter Astrologe, Niedermarsberg/W., Postfach A 129.

Nebenverdienst! Fordern Sie Prospekt über das Buch „Verdienen Sie bis 120 DM wöchentlich zu Hause" v. (Rückp.) Heiseco 17, Heide i. Holst.

Neu! Hypnotisieren, schnell und leicht mit „Garantie" erlernbar! Verblüffende Erfolge! Freiprospekt anfordern: A. Ulrich, Abt. 14, Regen/Bay.

„Sendet **Rohschafwolle** oder **Haushaltsfleck** zum **Teppichweben.** Gratisprospekt 171. Handweberei Aichwalder, Göggingen-Augsburg."

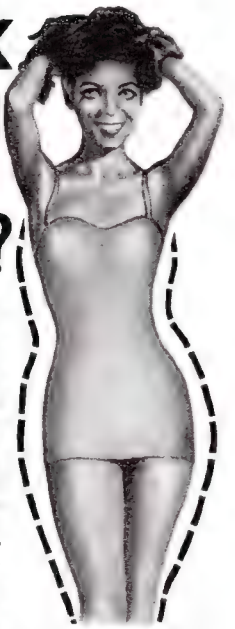
Tischtennis - Tische ab Fabrik, enorm preiswert. Gratiskatalog anfordern! Max Bahr, Abt. 45, Hamburg-Bramfeld.

Erröten, Schüchternheit, Angstgefühle usw. schnell beseitigt! Gratisprospekt: A. Ulrich, Abteilung E 14, Regen (Bayern).

Unsichtbare Haarprothesen für Damen und Herren. Prospekte durch Haarbrehmer, Bremen, Gerhardstr. 2.

STORCH-MODEN
MÜNCHEN AM HAUPTBAHNHOF
ARNULFSTRASSE 22-24 · HAUSFACH 14
Bitte farbigen Katalog mit Stoffmustern anfordern. Diskreter Versand
Filialen:
HAMBURG Mönckebergstraße 11 · Tel. 33 20 94 (Schuhhaus Elsner)
ESSEN Limbecker Straße 8 · Tel. 2 59 73
DÜSSELDORF Graf-Adolf-Straße 72 · Tel. 18 9 82
FRANKFURT/M. Stiftstraße 4 (Ecke Zeil) · Tel. 2 83 83
KÖLN Görzenichstraße 21a · Tel. 23 20 72
MANNHEIM D 3, 8. Planken · Tel. 2 24 72
HEIDELBERG Hauptstraße 121 · Tel. 2 42 73
Deutschlands erstes u. größtes Spezial-Haus für
UMSTANDSKLEIDUNG
Chic · preisgünstig · sofort lieferbar

Zu dick für den Bade-Anzug?



Korpulente lassen sich nicht gern im Badeanzug sehen. Das ist verständlich. Fettansatz ist oft eine Folge von Darmträgheit. Die Nahrung bleibt zu lange im Darm, wird übermäßig ausgenutzt und das Zuviel an Kalorien als Fettpolster gespeichert. Das können Sie verhindern, indem Sie sechs bis acht Wochen lang nach den Mahlzeiten 1—2 „Dragees Neunzehn" einnehmen und für täglich zweimaligen Stuhlgang sorgen. So wird auf natürliche Weise dem Fettansatz Halt geboten und eine Gewichtsabnahme bewirkt.

„**Dragees Neunzehn**" sind von dem bekannten Galleforscher Prof. Dr. med. Much geschaffen worden. Sie wirken in schonendster Weise auf alle vier Organe, nämlich die Leber, Galle, den Dünn- und Dickdarm. „**Dragees Neunzehn**" enthalten den einzigartigen **Wirkstoff „Extr. Fel. suis Much".** Er regt die Leber zur verstärkten Galleproduktion an, regelt auf natürliche Weise die gesamte Darm- und Verdauungstätigkeit, wodurch das Übergewicht reguliert wird.

Ihre Apotheke hat „Dragees Neunzehn" immer vorrätig.
Packg. 40 Stück DM 1,60, Klinikpackg. 150 Stück DM 4,75.

Dragees Neunzehn

Völlig neu! **Ungewöhnlich rasche, zum Teil verblüffende Erfolge bei müden, schmerzenden Beinen, geschwollenen Beinen u. Füßen, Hämorrhoidalbeschwerden, Krampfadern, Venenentzündung, offenen Beinen!**

Diese Erscheinungen gehören alle zu einem einzigen sogenannten „Symptomenkomplex", der jetzt mit „veen" — einem neuartigen Präparat, mit ganz außergewöhnlichem Erfolg bekämpft werden kann:

Müde, schmerzende, geschwollene Beine nach langem Gehen und Stehen sind Alarmzeichen! „veen" macht die Beine wieder jung, schlank, straff, elastisch! — Hämorrhoiden entstehen meist durch sitzende Lebensweise und fehlenden Bewegungsausgleich. „veen" entstaut schnell und zuverlässig; die schmerzhaften Beschwerden verschwinden dadurch meist in kurzer Zeit!

Meist schon nach 10 bis 15 Minuten lassen Schmerzen merklich nach,

um nach 2—3 Tagen kausal vollständig abzuklingen. Entzündliche Erscheinungen klingen durchschnittlich nach einer Woche ab; Schwellungen und hervortretende Krampfadern gehen rasch zurück! — „veen" — ein schnell und intensiv wirkendes Venotonicum aus bewährten und neueren Wirkstoffen — wohlschmeckende lindgrüne Dragées! Fragen Sie Ihren Apotheker noch heute nach „veen", lassen Sie sich den hochinteressanten Prospekt geben! Eine ganz ausführliche Information über „veen" erhalten Sie **kostenlos** gegen Einsendung des anschließenden Informationsschecks an uns direkt!

veen
...nur in der Apotheke

INFORMATIONSSCHECK

Gegen Einsendung dieses Schecks erhalte ich völlig
kostenlos und unverbindlich
das hochinteressante, ausführliche „veen"-Informationsmaterial postwendend zugeschickt. Scheck ausschneiden, auf eine Postkarte kleben und mit deutlichem Absender (Blockschrift) absenden an:
Pharmawerk Schmiden GmbH, Informationsstelle V 24/4, Schmiden bei Stuttgart.
Lesezirkelleser bitten wir, den Informationsscheck nicht auszuschneiden, sondern auf einer Postkarte zu schreiben.

Madische Kostbarkeiten aus bestem Nappa- und Velourleder bietet Ihnen in Riesenauswahl das große deutsche Versandhaus für
elegante Lederkleidung
Günstige Preise, sofortige Lieferung, langfristige Teilzahlung und volles Rückgaberecht sind Ihre Vorteile. Fordern Sie noch heute unverbindlich den kostenlosen Bildkatalog an.
ROLAND-VERSAND
Bremen
Abt. G 9
Roland

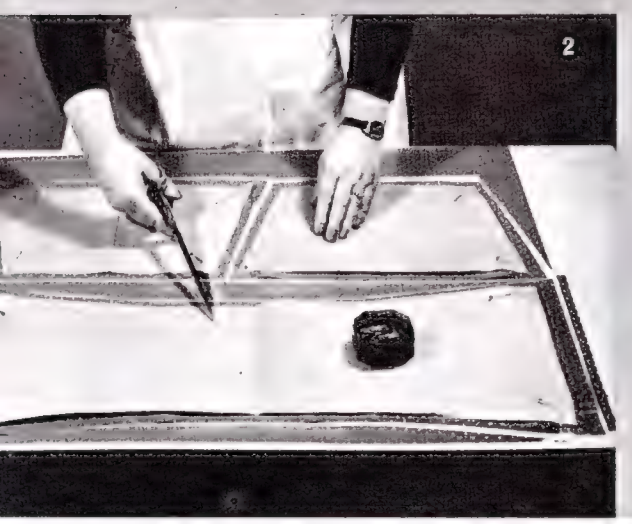
Allerhand
was in dem kostenlosen Photohelfer von der Welt größtem Photohaus drin steht. Er ist ein großformatiges prächtiges Bilderbuch für große Leute. Darin sind auch wertvolle Ratschläge und all die guten Markenkameras, die Ihnen PHOTO-PORST bei nur einem kleinen Fünftel Anzahlung, Rest in 10 Monatsraten, bietet. Ihr Exemplar liegt bereit. Postkärtchen genügt an
DER PHOTO-PORST Abt. 2 Nürnberg

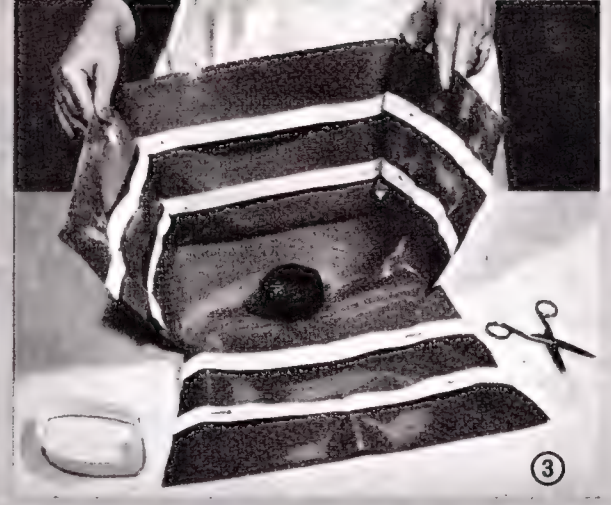
radikal **enthaart**
jetzt mühelos durch *l'orient-Haarex* mit Dauerwirkung. Beseitigt garantiert wurzeltief in nur 3 Min. **Damenbart,** alle häßlichen Bein- u. Körperhaare restlos. Unschädl., schmerzlos u. fachärztlich erprobt. Weltbekannt. Viele begeisterte Dankschr. beweisen — **kein Nachwuchs.** Auch bei stärkster Behaarung 100 % enthaart. Kur DM 9,80, extra stark DM 11,80 (Körperh.) mit **Garantie,** Kleinpackung DM 5,30. Prospekt **gratis.** Bestellen Sie noch heute! Nur echt vom Alleinhersteller.

l'orient-cosmetic Abt. 7 A 354
Wuppertal-Vohwinkel · Postfach 509

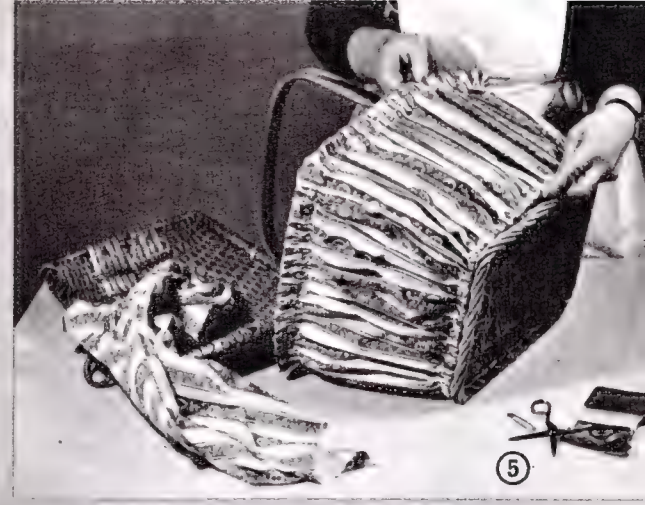
10 **Wochenraten**
2 prächtige Buntkataloge 360 Seiten — informieren Sie über alles, was Ihre Familie benötigt!
für **Sammelbesteller**
Vom GROSSVERSANDHAUS FRIEDRICH BAUR GMBH ABT. 42 N BURGKUNSTADT kostenlos und unverbindlich
Baur ECHTE QUALITÄT

Hier ist der Korb noch unverkleidet; in ihm steckt, was Sie zur Verkleidung benötigen: Ein Stück bunter Stoff für außen, Wachstuch oder Plastik für innen. Ferner eine Schaumgummimatte als Stoßschutz. Daneben liegen Bast für den Griff und breites Gummiband als Halterung für das Geschirr. Die Maße der Stoffe müssen Sie nach Ihrem Korb berechnen. Schneiden Sie dann zuerst die Innenteile aus Papier vor, heften sie auf das Wachstuch und schneiden sie dann heraus.





Die Gummibänder, die als Halterung für Bestecke und Geschirr dienen, schneiden Sie passend zu und heften sie an die Innenteile (Bild oben). Die Wachstuchteile heften Sie an den Kanten und steppen sie dann zusammen. Bevor Sie nun das Wachstuch einlegen, schlagen Sie den Korb innen mit Schaumgummi aus. Wenn Sie die Verkleidung eingelegt haben, nähen Sie die obere Kante ringsum am Flechtwerk fest. Auch an den Ecken des Korbes müssen Sie das Wachstuch anheften, damit es nicht mehr verrutschen kann.



Für die äußere Verkleidung schneiden Sie den Stoff so zu, daß Sie ihn reichlich kräuseln können. An der unteren Kante nähen Sie einen Saum, in den Sie ein Gummiband einziehen; den oberen Saum nähen Sie mit Rüsche. Für den Deckel legen Sie den Stoff außen in Falten und innen glatt. Dabei schneiden Sie den inneren Teil so groß zu, daß Sie ihn etwa 2 cm um den Deckelrand nach oben schlagen können, um ihn dort mit dem äußeren Teil zu vernähen. Den Henkel umwickeln Sie mit Bast.

Anzeige

DER TIP MIT CHIC

Hier ist etwas wirklich Neues — zugleich praktisch und hübsch: Sie sind es gewohnt, täglich Ihre Frisur — sie wurde schließlich mit Mühe gemacht — sorgfältig zu sprühen, damit sie auch gut sitzt den Tag über. Das werden Sie weiter tun, aber jetzt können Sie mit demselben Druck auf den Knopf auch zugleich eine zauberhaft zarte Tönung auf Ihr Haar bringen. Poly Color Spray ist die große Neuigkeit auf dem Gebiet der Haarkosmetik — es wird einen alten Traum erfüllen — jeden Tag eine neue und hübschere Frau zu sein! Halten Sie das nicht auch für eine Kombination, die jede Frau mit Chic begeistern wird? Schneller, besser und praktischer geht es kaum noch. Und wenn Sie erst hören, welch zauberhafte Nuancen Ihnen helfen werden, Abwechslung in Ihr Aussehen zu bringen! *Azur* — schon der Name macht Lust auf etwas Extravaganz — ein blau schimmernder Ton, der auf dunklem Haar sehr reizvoll wirkt, schwarzem Haar einen exotischen Zauber gibt und die oft nicht sehr reizvollen Mitteltöne sehr attraktiv verwandelt. Sie müssen sich außerdem vorstellen, daß es nun nicht unbedingt heißt, die Haarfarbe zu verändern. Einen leichten Hauch aufgesprüht, dann haben Sie gerade den sanftesten Schimmer im Haar, der Leben und Ausdruck gibt. Wünschen Sie einen stärkeren Effekt, dann wird einfach zweimal gesprüht! So läßt sich jede Nuance noch vielfältig anwenden. *Silber* ist besonders hübsch und für jeden Naturton geeignet, wenn es darum geht, eine Locke, eine Strähne oder auch mehrere zu tönen — zur Betonung einer festlichen Aufmachung. Im übrigen sehr damenhaft auf grauem Haar — und hinreißend weiblich bei hellem Blond. *Mahagoni*, der lebendige Hauch für alle Dunklen, ein warmer, sehr schmeichelhafter Rotschimmer. *Goldrosee* — eine Nuance, die z. B. jedem blassen Blond oder Mittelblond einen aufregend hübschen Reiz verleiht. Sind hier nicht gerade die Naturtöne zu finden, die geradezu auf eine kleine, sehr dezente Auffrischung warten? Alle Töne dieses neuen Mittels können natürlich dazu dienen, stärkere Akzente zu setzen — sei es zu einem besonderen Anlaß, zu einem besonderen Kleid — oder auch für den Geschmack eines besonderen Mannes. Sie finden in der Reihe noch *Goldtopas* und eine wie Perlmutt schimmernde neutrale Sprühnuance *Kristall*. Viele sehr hübsche Anregungen für jeden Typ und jede Haarfarbe werden Sie in den nächsten Ausgaben finden. Heute wollten wir Sie zunächst nur mit dieser faszinierenden Neuheit bekannt machen. Es bedarf keiner zusätzlichen Dose auf Ihrem Toiletten-Tisch, denn einen Sprühfestiger verwenden Sie ohnehin. Es braucht keinerlei besonderer Mühe — aber es bringt die Frisur, das Haar und Ihr Aussehen unerhört wirkungsvoll zur Geltung. Poly Color Spray läßt sich nur durch die normale Shampoo-Wäsche wieder restlos entfernen. Ein Schönheitsmittel „nach Maß" für die Frau von heute.

Zu den Abbildungen:
Eine unkomplizierte, sehr hübsche Tagesfrisur bekommt einen Hauch Poly Color Spray in der gewünschten Nuance — das Haar schimmert zauberhaft farbfrisch — die Frisur sitzt den ganzen Tag tadellos. Diese sehr festliche Abendfrisur braucht ebenfalls den nötigen Halt — Poly Color Spray gibt ihr zusätzlich noch den letzten Chic durch Farbschönheit. Sehr attraktiv: Die ganze Frisur leicht übersprühen — dann nur einzelne Locken oder Wellen durch eine zweite Sprühung stärker betonen! Fabelhaft elegant!

Ein Campingkorb innen und außen hübsch verkleidet

Für die Campingfahrt oder den Wochenendausflug ist ein Campingkorb — das ist die moderne Bezeichnung für den Picknickkorb — sehr praktisch. Wenn Sie einen älteren, ausgedienten Einkaufskorb oder auch einen größeren Spankorb besitzen, so können Sie sich einen Campingkorb sehr schön selbst basteln. FÜR SIE zeigt Ihnen, wie Sie ihn innen und außen verkleiden müssen, damit er hübsch aussieht und Geschirr, Besteck und Speisen sauber darin untergebracht sind.

Hier sehen Sie den Campingkorb schon fertig und bereits verwendet. Zum Picknick im Grünen ist er teilweise ausgepackt. Es geht doch eine ganze Menge hinein. Alles ist geordnet und in der abwaschbaren Innenverkleidung vor dem Staub geschützt.

Kinder wollen stolz sein auf ihre Schuhe. Darum gibt es Elefantenschuhe T 3 in den hübschen Modellen. Für die Eltern jedoch sind die inneren Werte des Schuhes entscheidend. Das sind seine Vorzüge: die plastische Fußbettung, in die sich der Kinderfuß einschmiegen kann, die entwicklungsfördernde Zuwachs-Paßform und schließlich die notwendige Elastizität. Frei und natürlich kann sich der Fuß im Schuh bewegen. Der Fuß wird gestärkt und gekräftigt. So muß es sein – tausende von Untersuchungen haben es bestätigt.

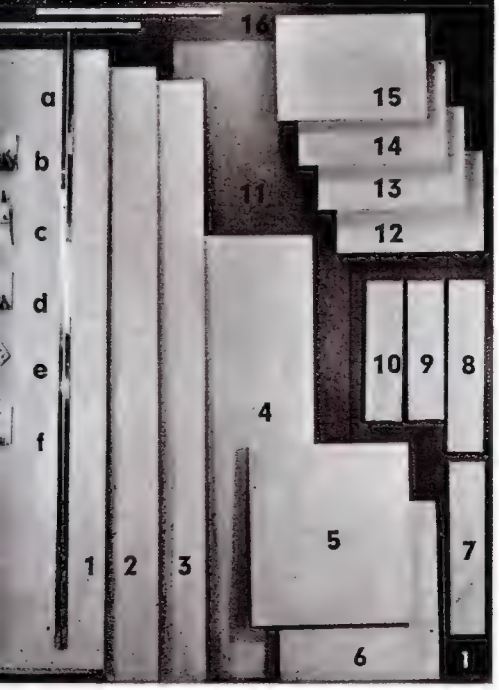
Darum: voll-elastisch roll-elastisch!

Kinderfüße brauchen

ELEFANTEN-Schuhe T3

ELEFANTEN MARKE

voll–elastisch · roll–elastisch



Und hier die notwendigen Einzelteile: 1 und 2 Seitenwände; 3 Tür; 4 Bordwand; 5 Deckplatte; 6 Bodenplatte; 7, 8, 9, 10 Rahmenteile für den Sockel; 11 Rückwand; 12, 13, 14, 15 Fachbretter; 16 Abdeckleisten. Zubehörteile: a Klavierband; b Schrauben; c Kaltleim; d Nägel; e Schloß mit Schlüssel; f Bordnägel.

Zuerst setzen Sie den Sockel aus den vier Rahmenteilen (7–10) zusammen. Streichen Sie Leim auf die Stirnflächen der kürzeren Seitenteile, ziehen an jeder Ecke je zwei Schrauben durch das längere Vorder- und Rückteil.

Auf den fertigen Rahmen (Sockel) setzen Sie die Bodenplatte (5), so daß sie hinten mit dem Rahmen abschließt und vorn sowie an den Seiten übersteht. Dann bohren Sie vor und ziehen Schrauben ein, etwa 3 auf jeder Seite.

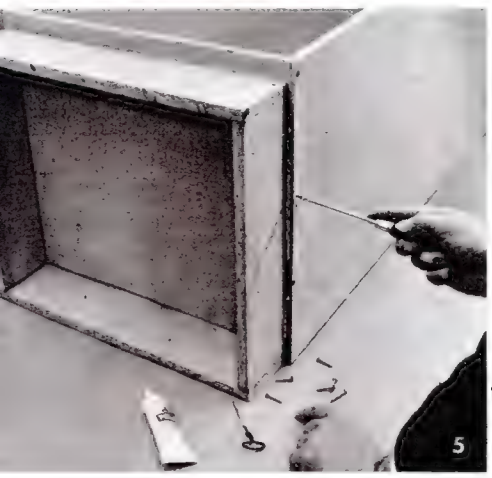
Die Seitenteile des Schrankes (1 u. 2) sind oben und unten ausgefalzt, so daß Sie die Deckplatte (6) leicht oben einleimen und festschrauben können. Hier sehen Sie sehr deutlich den Falz.

Das können Sie auch

Ein praktischer Besenschrank

Zugeschnitten zum Zusammenbau

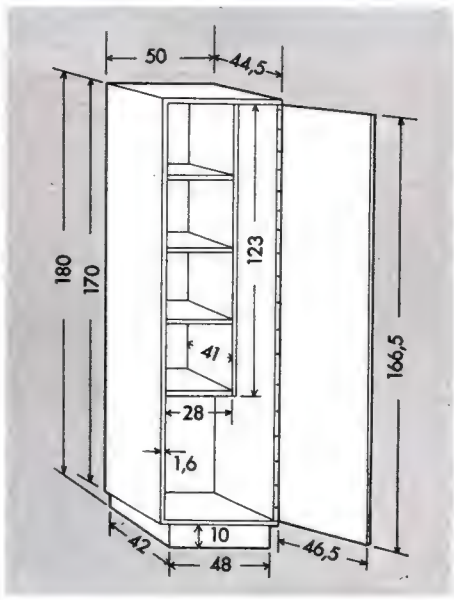
Haben Sie einen Platz in Ihrer Küche, wo Sie Besen, Eimer, Staubsauger, Geschirrtücher und dergleichen unterbringen können? Nein? Dann schauen Sie sich diesen praktischen Besenschrank an. FÜR SIE zeigt Ihnen, wie Sie ihn selbst aus Spanplatte bauen können. Er nimmt nicht viel Platz weg und läßt sich in jede Ecke stellen: in der Küche, im Bad oder auf dem Flur. Übrigens paßt dieser Besenschrank gut zu dem Küchen-Hängeschrank aus unserem Heft 21/61 und dem Unterschrank aus Heft 3/62. Und wenn Sie sich die Platten nicht an Ihrem Wohnort zuschneiden lassen können, nennen wir Ihnen eine Firma, die Ihnen alle Teile mit Zubehör für etwa 68,— DM zuschickt.

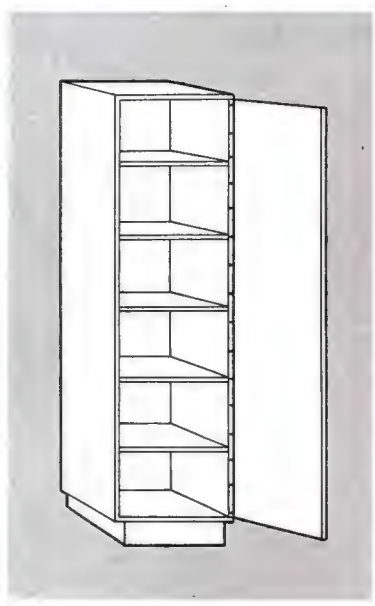


Jetzt müssen Sie die Seitenteile unten am Schrankboden befestigen. Auch unten sind diese eingefalzt, so daß Sie lediglich Leim in die Falze streichen und dann durch die Seitenteile je vier Schrauben in die Bodenplatte einziehen müssen. Erst vorbohren!

Die Hartfaserplatte (11) dient als Rückwand. Streichen Sie zuerst die Stirnflächen des Rahmens mit Leim ein, legen die Rückwand dann rechtwinklig auf – am besten mit Winkel nachmessen – und nageln sie ringsum fest.

Rechts auf den beiden Skizzen sehen Sie einmal den Besenschrank mit genauen Maßangaben, so wie er hier zusammengebaut wird. Auf der Zeichnung daneben zeigen wir den Schrank mit den gleichen Außenmaßen, jedoch als Seitenschrank, bei dem die rechte hohe Abteilung für Besen und Staubsauger fehlt. Dafür sind sechs größere Fächer vorhanden, in die Sie Wäsche, Geschirr, Töpfe oder Akten und anderes einräumen können.



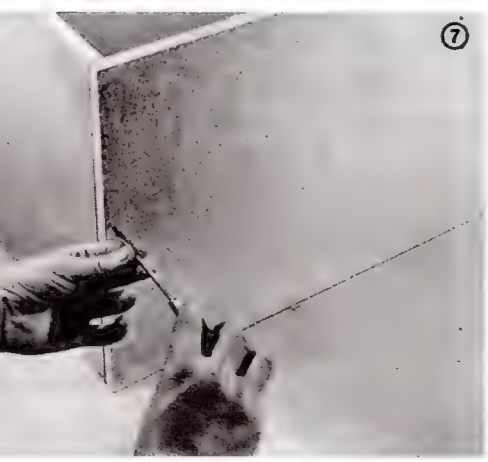


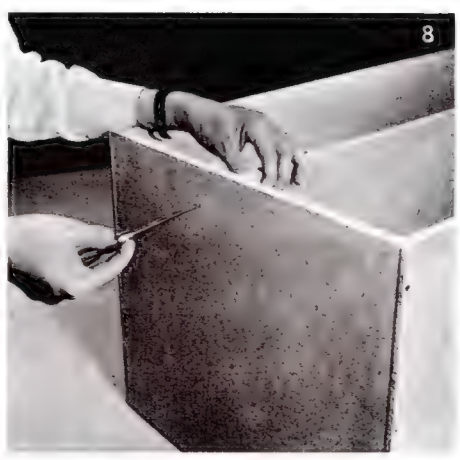
Bevor Sie die Bordwand (4) in den Schrank einbauen, setzen Sie diese mit dem unteren Fachbrett (12) zu einem Winkel zusammen. Zuerst wieder Leim auf die Stirnfläche des Fachbrettes streichen und dann festschrauben.

Für die Fachbretter (13–15), die lose eingelegt werden, teilen Sie die Höhe des Faches in drei Teile und nageln rechts und links die Bordnägel ein. Den Rahmen des Schrankes decken Sie dann vorn mit Leisten (16) ab.

Wenn der Leim angetrocknet ist, können Sie Bordwand mit Fachbrett einsetzen. Kontrollieren Sie mit dem Zollstock, ob Bordwand und Seitenwände genau parallel laufen, und schrauben Sie sie durch den Rahmen fest.

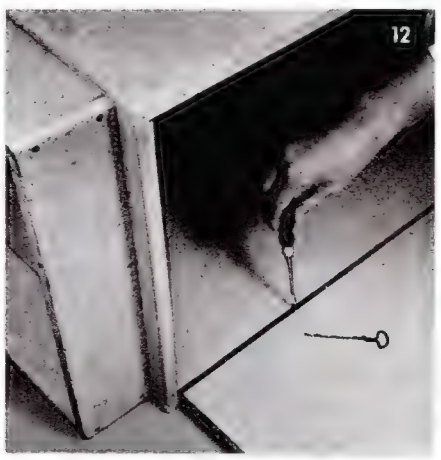
Bevor Sie die Tür (3) an den Schrank schrauben, setzen Sie das Schloß (e) auf. Erst müssen Sie mit Bohrer und Feile das Schlüsselloch einarbeiten und dann das Schloß anschrauben.





Das Klavierband (a), mit dem Sie die Tür einhängen, schrauben Sie zuerst an der Stirnfläche der Türplatte fest. Die Drehachse muß nach oben zeigen und über die Türfläche hinausragen (bei geschlossener Tür schaut sie vorn aus dem Türspalt heraus). Wenn Sie einige Schrauben leicht geheftet haben, ziehen Sie die übrigen ein.

Dann legen Sie die Tür flach auf den Boden, und zwar auf zwei Fachbretter, schieben sie an die rechte Schrankseite (auch auf den Boden legen) und klappen den zweiten Scharnierschenkel flach auf die Innenseite der Wand. Auch hier muß die Drehachse über die Vorderkante hinausragen. Dann schrauben Sie den Schenkel fest.



REINE HAUT
in kurzer Zeit

Pickel, Mitesser, Hautjucken und viele andere Ursachen unreiner Haut werden durch schädliche Keime hervorgerufen. VALCREMA dringt schnell in die Haut ein, greift diese Keime direkt an und macht sie unschädlich.

Überzeugen Sie sich selbst! Tragen Sie VALCREMA mehrmals täglich auf. Schon nach wenigen Tagen zeigt sich ein merkbarer Erfolg. Die Haut ist wieder rein und frisch, gesund und straff. VALCREMA fettet nicht, wirkt lindernd und glättend und ist auf der Haut nicht zu sehen. Die Poren bleiben frei, die Haut kann wieder atmen und reinigt sich von allen Fremdstoffen. Versuchen Sie VALCREMA: seine Wirkung wird Sie begeistern. VALCREMA gibt's in allen Fachgeschäften in Tuben und Dosen. Unverbindlicher Richtpr. der Tube DM 1,80—der Doppeltube DM 2,85.

VALCREMA
ANTISEPTISCHER HAUTBALSAM

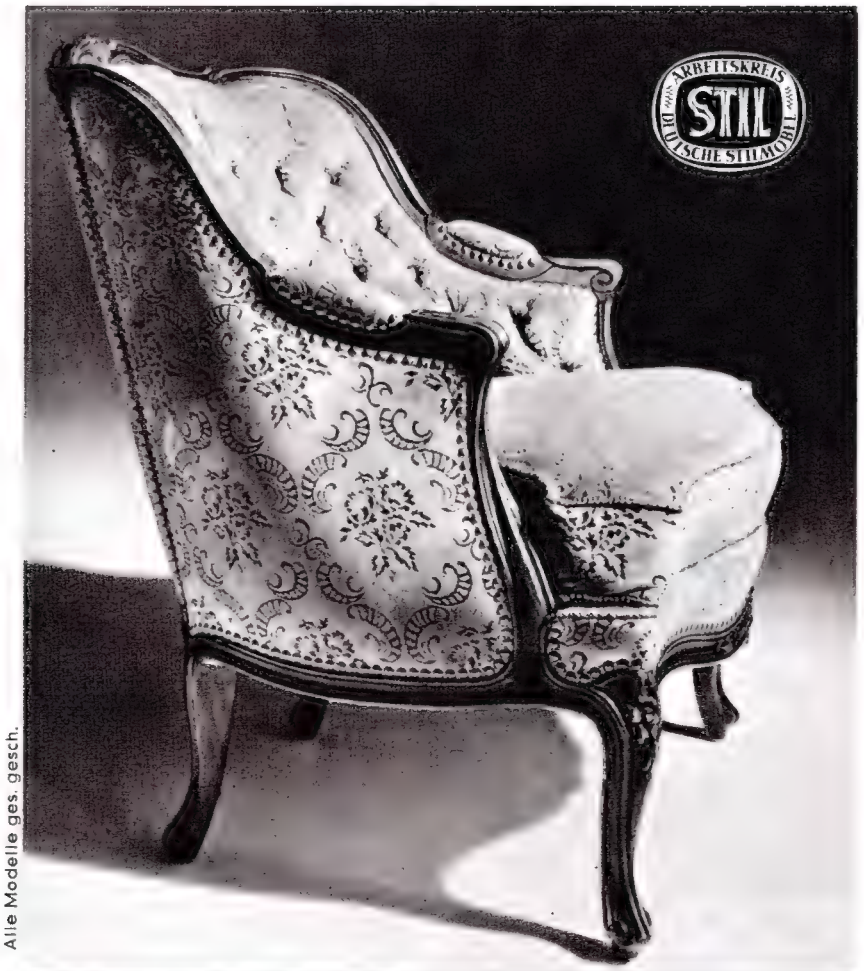
. . . und nachdem Valcrema HAUTBALSAM Ihre Haut gereinigt hat, halten Sie sie weiter frei von Keimen und damit wunderbar gesund und rein durch Valcrema SEIFE.

ESGE

ins Gefäß halten - einschalten

So einfach zu bedienen ist der neue ESGE-zauberstab. Mit seinen drei Einsatzteilen: Messerstern, Schlagscheibe, Quirl und mit der Mahlschale bewältigen Sie hundert bisher zeitraubende und mühselige Küchenarbeiten in Sekunden.
Auch eine praktische Halterung und ein interessantes Rezeptbuch gehören zu diesem Gerät. Fragen Sie Ihren Fachhändler. Fordern Sie Prospekte an von ESGE, Neuffen-Württ., Abt. R. Erkundigen Sie sich bei Ihren Freunden und Bekannten. Sie werden es bestätigt finden: eine außerordentliche Küchenmaschine ist

der neue ESGE-zauberstab



Alle Modelle ges. gesch.

Stilvoll wohnen - -

mit guten Stilmöbeln

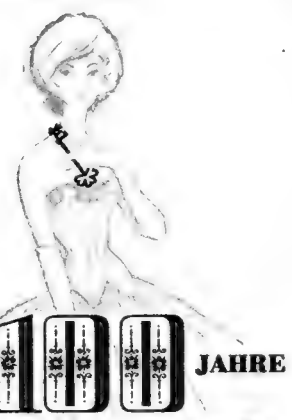
Bezugsquellen weist nach:
ARBEITSKREIS DEUTSCHE STILMÖBEL, DETMOLD/LIPPE, ABT. L/11

Wenn Sie schlank werden wollen

schaffen Marienbader Pillen in kurzer Zeit fühlbare Erleichterung. Sie sind das ersehnte Mittel, um auf natürlichem Wege den Stoffwechsel zu beschleunigen. Marienbader Pillen regen auch den freien Abfluß der Galle an. So wird Ihr Körper regelmäßig entschlackt. Alle bedrückenden Gewichts- und Verdauungssorgen haben damit ein Ende. Ihr Apotheker wird Ihnen das gern bestätigen. Pack. DM 1.95 und 3.50 in allen Apotheken.

Marienbader Pillen

Nach dem Originalrezept der Königl.Engl.u.Kaiserl. Persisch. Hof- und Kurapotheke, Mr. C. R. Brem, Marienbad. Nur echt mit dem Doppelbalkenkreuz.



1962 100 JAHRE

ESCORA

Der Schlüssel zur Schönheit Ihrer Figur

Ganz bezaubernd:
unsere Jubiläums-Modelle in Mieder- und Bademoden

*

Als entzückendes Souvenir schmückt der „Schlüssel zur Schönheit" im Jubiläumsjahr jedes unserer Modelle vom Büstenhalter bis zum Badeanzug

Bezugsquellen-Nachweis und Bildprospekt sendet Ihnen gern
ESCORA COBURG/BAYERN
POSTFACH 372

Waldbär

Originelle Holztiere — Eine Bastelei für Jungen

Giraffe

Sicher habt ihr beim Waldspaziergang auch schon einmal einen Stock oder eine Flöte geschnitzt. Abgefallene Äste und Zweige findet ihr dort ja reichlich unter den Bäumen. Wie wär's, wenn ihr aus dem Wald einmal originelle Tiere mitbrächtet, das heißt allerlei abgefallene Holzstücke, die ihr zu Hause dann zusammensetzt. Das ist gar nicht schwer. Und vor allem, denkt euch selbst mal ein paar lustige Tiere aus!

Zum Basteln der Tierchen braucht ihr nicht viel: eine Säge (Fuchsschwanz), ein Messer, einen Hammer, einen Schneckenbohrer und zum Verbinden der Hölzer Nägel und Kaltleim. Im Wald oder Park sucht ihr verschieden starke Äste und Zweige. Aber bitte keine Zweige von Büschen oder Bäumen abreißen! Die Hölzer schneidet ihr nach den Abbildungen zu oder nach eigenen Ideen. Für den Rumpf nehmt ihr etwas dickere Stöcke, in die ihr Löcher bohrt und die dünnen Beine leimt.

Dackel

CD 9 - ein entscheidender Fortschritt in der Frauenhygiene!

Die Forschung der Camelia-Werke hat eines der schwierigsten Probleme der Frauenhygiene gelöst. Nach jahrelangen Versuchen wurde im Camelia-Forschungsinstitut ein neues, geruchbindendes Desodorans für Camelia entwickelt: CD9. Von anerkannten Wissenschaftlern führender Universitäten wurde dieser neue biologische Wirkstoff CD 9 sorgfältig geprüft und hervorragend begutachtet. CD 9 ist ein organisches Präparat, dessen Anwendung für Camelia im In- und Ausland patentiert ist. Erstmals in der Welt bietet Ihnen Camelia mit CD 9 diesen wichtigen Vorzug.

Sichere Frische für jede Frau. Im Beruf, in Gesellschaft und zu Hause ist Camelia mit CD 9 eine unentbehrliche Hilfe, denn CD 9 wirkt für mehrere Stunden völlig geruchbindend. Immer frisch ... immer gepflegt zu sein, dieser Wunsch jeder Frau ist Wirklichkeit geworden durch die naturgemäße Camelia-Hygiene.

2-54

Camelia

Camelia-Rekord	DM 1,10
Camelia-Junior	DM -,90
Camelia-Perfekta	DM 1,35

jetzt mit dem neuen hygienischen CD 9-Desodorans

Erhalten Sie immer die echte Camelia mit CD 9, wenn Sie Camelia verlangen? Darauf sollten Sie aber stets achten.

Homa kerngesunde Pflanzenkost

Natürlich-frisch im Feinkostbecher

Ja – *Homa* ist wertvoll,
ist kerngesunde Pflanzenkost! Da schmeckt man die Natur – herzhaft, frisch und kernig!
Homa – aus reinen, natürlichen Pflanzenölen hergestellt! *Homa* enthält alle wertvollen Aufbaustoffe einer echten Pflanzen-Margarine.
Homa hat ihren eigenen Wert!

Homa die Sicherheit, gesund zu leben

Immer mehr Urlauber schnallen das Ferienquartier auf den Rücken oder auf das Wagendach und schlagen dann auf einem Campingplatz ihre Zelte auf. Sie wollen unmittelbar mit der Natur verbunden sein und ihre Ferien unabhängig von Hotel oder Pension verbringen. Gehören auch Sie zu den Campingfreunden, oder wollen Sie es werden? Dann lesen Sie die folgenden Seiten! FÜR SIE zeigt Ihnen hier viel Wissenswertes und Neues. Sie finden verschiedene Zeltformen und zahlreiche praktische Tips für Ihr Campingzubehör.

Was eine Familie für die Ferien im Zelt benötigt, das haben wir für Sie am Strand fotografiert:

1. Eine verstellbare Campingliege bietet in jeder Lage Entspannung. Zusammengeklappt nimmt sie im Kofferraum wenig Platz ein.

2. Auf der Matratze mit großer Liegefläche und hohem Luftpolster schlafen Sie bequem.

3. Eine praktische Sitz- und Liegematratze. Das Kopf- und Schulterpolster wird mit Gurten am Rückenpolster befestigt.

4. Ein Paar Hüttenschuhe für das Innenzelt.

5. Ein standfester Campingsessel mit Stahlrohr und Armlehnen aus Holz.

6. Ein stabiler Klapphocker.

7. Der Tisch ist ebenfalls zusammenklappbar und hat eine hitzebeständige Kunststoffplatte.

8. und **9.** Ein aufblasbares Boot und ein Ball für den Wassersport.

10. Eine Sportausrüstung für Taucher, bestehend aus Schwimmflossen, Taucherbrille und Schnorchel.

11. Ein Federballspiel.

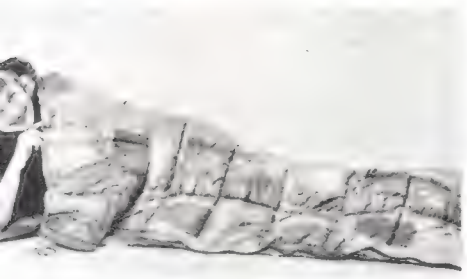
Hersteller des Zeltes: A. Progscha
Nordlandzelt Columbus, Rendsburg
Aufnahme: Wieland Wolff

Ferien im Zelt

Was eine Familie für die Ferien im Zelt benötigt, das haben wir für Sie am Strand fotografiert

Ein bequemes Bett

Ein ganz wichtiger Bestandteil Ihrer Zeltausrüstung ist eine gute Schlafgelegenheit. Zuerst muß eine Unterlage angeschafft werden, die vor der Bodenkälte schützt: z. B. eine Luftmatratze oder eine Campingliege. Darauf kommen dann ein Schlafsack oder Wolldecken. Luftmatratzen sind leicht zu verpacken und lassen sich auch als Sessel stellen. Als Schutzhülle gegen Sonne, Sand und Hautöl können Sie aus unempfindlichem, leicht waschbarem Stoff Überzüge nähen (siehe Farbfoto). Zum Aufblasen der Luftmatratzen legen Sie sich am besten einen Blasebalg aus Gummi zu. Die stabile Campingliege mit ihrer plastikbespannten Ruhefläche schützt vor Bodenkälte, ihr Kopfteil läßt sich leicht verstellen. Allerdings benötigt sie bedeutend mehr Verpackungsraum als die Luftmatratze. Sowohl Luftmatratze als Campingliege sind auch tagsüber zum Sitzen und Liegen im Freien geeignet. Jetzt fehlt noch der Schlafsack. Ein neuer Schlafsacktyp,



der sich besonders gut für Ferien im Zelt eignet, ist mit 100 % Kunstfasern gefüllt und voll abwaschbar. Er wiegt sehr wenig und wird mit und ohne Kapuze geliefert. Trotz seines zart wirkenden Außengewebes können Sie diesen Schlafsack strapazieren (siehe Foto oben, Hersteller: Kremers, Preis ca. 58,— DM).

Einige kleine Kissen — mindestens eines für jeden Zeltbewohner — brauchen Sie ebenfalls noch. Aufblasbare Luftkissen können Sie auch als Schwimmkissen verwenden, flache Schaumgummikissen stecken Sie in Bezüge aus buntem Waschstoff.

Praktisch und weich sind vollwaschbare Kissen mit Diolen-Füllung. Herst.: Enders, Preis ca. DM 95,—.

Wenn Sie die Luftmatratzen oder die Liege tagsüber nicht immer aus dem Zelt herausnehmen wollen, um darauf zu sitzen und sich zu sonnen, können Sie sich einen Liegestuhl mitnehmen, der zusammenklappbar ist und in einen Plastiksack gesteckt wird. Das handliche Paket nimmt nicht viel Platz weg und wiegt nur knapp 5 Pfund (siehe Foto unten, Hersteller: Gustav Schnülle, Gütersloh, Preis ca. DM 56,50).

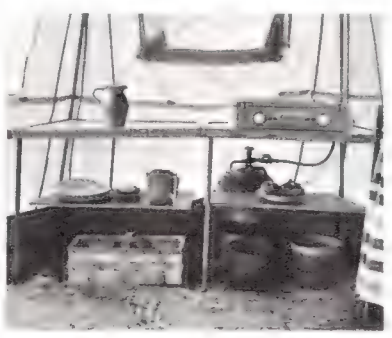
So kochen Sie schnell

Sparen Sie nicht bei der Anschaffung eines Campingkochers, denn in den Ferien sollen Sie so wenig Zeit wie möglich für das Essenkochen opfern müssen. Für kleinere Familien genügt ein einflammiger Benzinkocher (siehe Foto oben). Benzin für diesen Kocher bekommen Sie überall. Sein Messingtank faßt Benzin für drei Stunden Brenndauer (Hersteller: Enders, Oberrahmwede, Preis ca. DM 49,50). Ein stabiler, leicht zu reinigender Topf aus Edelstahl eignet sich gut für die Camping-Küche. In einem Turm- oder Druckkochtopf werden die Gerichte auf einem einflammigen Kocher gleichzeitig gar.

Wenn Sie gern Gegrilltes essen, brauchen Sie auch während Ihrer Zeltferien nicht darauf zu verzichten. Es gibt einen hübschen, leicht zu verpackenden Holzkohlengrill,

auf dem sich leckere Campinggerichte schnell zubereiten lassen. Außer einem Flachrost aus Edelstahl gehört ein uhrwerkbetriebener Drehspieß zu dem Grill (Lieferant: W. Dünnebacke, Köln-Nippes, Preis DM 120,—, Foto Mitte). So bequem wie zu Hause kochen Sie Ihre Gerichte auf einem zweiflammigen Propangaskocher (s. unten).

Propangas ist preiswert, und Sie erhalten es auf vielen Campingplätzen in Leihflaschen, die schattig stehen sollen.



Platz für Vorräte

Bringen Sie vor allen Dingen Ihre Lebensmittel getrennt von den anderen Sachen unter. Hierfür ist diese neue Campingbox besonders gut geeignet. Dieser Koffer aus kunststoffüberzogenem Holz hat drei Etagen, die sich voneinander trennen lassen. Im „Erdgeschoß" befindet sich eine Kühlbox für empfindliche Lebensmittel. Das „erste Stockwerk" bietet reichlich Platz für Konserven, während in dem Deckel eine vierteilige Garnitur Teller, Becher usw. untergebracht ist (siehe Foto oben, Hersteller: A. Herpe & Co., Niederfüllbach, Preis ca. DM 95,—).

Die Marso-Waschbox aus Kunststoff (mittleres Bild) ist eine willkommene Erleichterung für Auto und Camping: Sie haben immer frisches Wasser. Mit einem kleinen Hahn können Sie den Wasserfluß

leicht regulieren. Mit einer vielseitigen Aufhängevorrichtung können Sie die Box an allen möglichen Stellen des Autos (Türgriffe, Scheiben, Fensterrahmen) aufhängen und haben sie immer in bequemer Gebrauchslage. Zwei praktische Packtaschen rechts und links nehmen Seife, Handtuch und sonstige Utensilien auf (Hersteller: Marso KG, Bernhalden/Württ., Preis DM 16,— und 28,— je nach Ausführung).

Eßgeräte gut verpackt

Gegenstände wie Bestecke und Geschirr sollten während des Transports nur wenig Platz einnehmen. Im Bild oben sehen Sie ein Eßbesteck, das für Reise und Camping gedacht ist. In den Griffen der Einzelteile sind stabile Druckknöpfe eingebaut, die das ganze Besteck bei Nichtgebrauch zu einem Stück vereinigen. Das Besteck besteht aus Leichtmetall. Die Messerklingen sind rostfrei und haben den praktischen Wellenschliff. Das Ganze wird in einem hygienischen Plastikетui geliefert (Hersteller: Schumacher und Hohoff, Lüdenscheid, Preis DM 4,75).

Ein hübsch gemusterter Wäschebeutel (Mitte) ist unentbehrlich für das Aufbewahren der notwendigen Wäsche. Er eignet sich aber ebenso für Lebensmittel und Konserven und ist in mehreren kochechten Far-

ben zu haben. Das Material: 100% reine Baumwolle (Preis DM 4,90).

Unten ein Beispiel, wie Sie den ganzen „Haushalt" in einem viereckigen Kunststoffeimer unterbringen können. Er enthält all das, was Sie an Eßgeräten benötigen. Das Ganze besteht aus dem Kunststoff Polyäthylen und verträgt Temperaturen von +110° bis —30° (Hersteller: Mauser-Werke GmbH, Waldeck, Preis ca. DM 60,—).

Ferien im Zelt

Fortsetzung von Seite 161

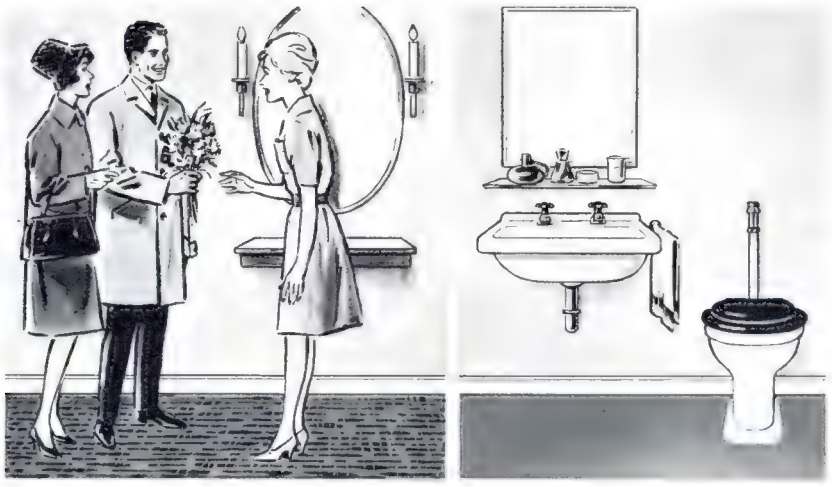
Alle Zubehörteile, die Sie auf dieser Seite abgebildet sehen, sind notwendig, um Ihr Zelt fest im Boden zu verankern und es in Ordnung zu halten.

Das Zeltgestänge bildet das eigentliche Gerüst des Zeltes: **1.** mit Plastiküberzug und **2.** aus Leichtmetall, **3.** Metall mit Schutzlack. **4.** Ein Auflageteller, der das Einsinken Ihrer Zeltstangen im weichen Boden verhindert; diese werden heute zu fast allen Zelten mitgeliefert. **5.** Praktische Haken für Kleidung und Geräte. **6.** Für die Befestigung im weichen Sand benötigen Sie lange Heringe aus Holz und **7.** aus Leichtmetall. **8.** Zeltnadeln (Wiesenstifte) halten Ihr Zelt nur in windstillen Gegenden oder auf festem Grasboden. **9.** Vergessen Sie nicht einen Plastik- oder Holzhammer zum Einschlagen der Heringe. **10.** Zur zusätzlichen Sicherung benötigen Sie mehrere Meter Zeltleine aus Perlon. Dieses Material ist sehr haltbar und unempfindlich gegen Witterungseinflüsse. Hanfschnur gibt bei Feuchtigkeit etwas nach. **11.** Außer den herkömmlichen, einfachen Schnurspannern gibt es jetzt moderne elastische Spanner, die dem Wind gleitenden Widerstand bieten und nicht nachgespannt zu werden brauchen. **12.** Ein Zeltspaten ist unentbehrlich. **13.** Die Imprägnierung Ihres Zeltes muß alle zwei bis drei Jahre erneuert werden. Kleinere wasserdurchlässige Stellen können Sie mit einem Imprägnierungsmittel aus der Sprühdose abdichten, was aber nur bei vollkommen trockenen Zeltwänden von Erfolg ist. **14.** Um ständig frisches Wasser im Zelt zu haben, sind ein Plastikkanister oder **15.** ein Wassersack, der schnell zu verpacken ist, unentbehrlich. **16.** Zeltlampe für Petroleum, **17.** Batterie-Zeltlampe und **18.** Autolampe. **19.** Ein Blasebalg schont nicht nur Ihre Lungen, sondern auch die Gummierung in der Luftmatratze. **20.** Ein Zeltbesen.

Das Sporthaus Feldmann in Hamburg und auf Hörnum/Sylt stellte FÜR SIE alle Zelt- und Campingzubehörteile für die Aufnahmen auf Seite 161–163 zur Verfügung.

Sauberkeit gibt Sicherheit !

YP 2009



Sauberkeit beruhigt. Auch unverhofftter Besuch kann die moderne Hausfrau nicht in Verlegenheit bringen. Der regelmäßige Gebrauch von 00 Null-Null sichert ihr stets eine hygienisch einwandfreie, blitzsaubere und geruchfreie Toilette.

00

NULL-NULL

der meistgekaufte moderne WC-Reiniger

reinigt völlig selbsttätig
auch an den unzugänglichen Stellen

ohne Salzsäure, schützt also Sie und Ihre Kinder vor diesem gefährlichen Gift, beseitigt Wasser- und Urinstein, desinfiziert mit echter Geruchsvertilgung, vernichtet schädliche Bakterien, greift weder Porzellan noch Rohrleitungen an.

Regelmäßig einstreuen – das ist alles!

Das gilt nicht nur für alte, sondern auch für alle neuen WC-Becken.

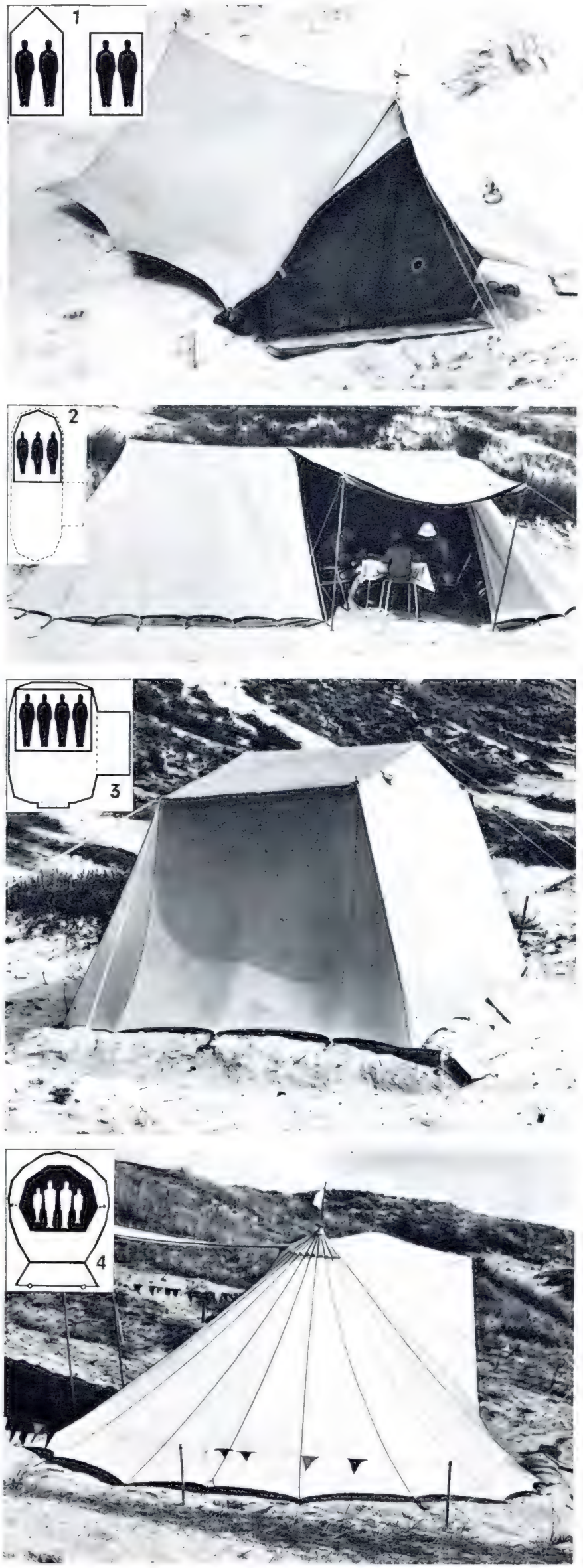
Normal-Dose 1.20

Große Haushaltsdose 1.95
hierbei sparen Sie 25 Pfg.

Auch in Österreich, Luxemburg, Italien, Finnland und in der Schweiz erhältlich

Sparsam durch Sparsieb

HERSTELLER: YANKEE POLISH LÜTH & CO KG HAMBURG 2



Ferien im Zelt

Fortsetzung von Seite 163

Vorbedingung für ein angenehmes Campingleben ist ein Zelt, in dem alle Bewohner reichlich Platz haben. Hier finden Sie eine Beschreibung der vier links aufgeführten Typen.

1. Jugendzelt

Für Jugendliche, die nicht lange unterwegs sind, genügt ein kleines Jugend-Hauszelt. Es wird auch oft als zusätzlicher Schlafraum benutzt, bietet Platz für zwei Luftmatratzen und hat Sitzhöhe. Ein Gummiboden schützt vor Bodenkälte und Nässe, eine hintere Abszis und ein stabfreies Eingangsgerüst können noch mehr Raum schaffen. Der Reißverschluß am Eingang läßt sich schnell öffnen und schließen.

2. Hauszelt mit Überdach

Hauszelte mit Überdach bieten je nach Größe Platz für zwei bis fünf Personen. Das Schlafzelt hat innen eine Abszis für Geräte und einen an den Seiten hochgezogenen Gummiboden. Unter dem Überzelt ist genügend Raum für Tisch und Stühle, für eine zugfreie Kochecke und Geräte. Normalerweise kauft man Hauszelt und Überdach gemeinsam; das Schlafzelt wird in das Überdachgestänge eingehängt. Wenn Sie zuerst nur ein Hauszelt anschaffen, können Sie später ein Überzelt dazukaufen und auf das Zeltgerüst aufsetzen. Das Überzelt muß bis auf den Boden reichen und sollte am unteren Abschluß mit gummiertem Stoff ausgerüstet sein. Bei gutem Wetter wird die windgeschützte Sonnenseite des Überzeltes aufgeklappt.

3. Steilwandzelt

Immer mehr kommen jetzt die Steilwandzelte in Mode. Sie bieten den größten Komfort und die beste Raumausnutzung und sind für drei bis sechs Personen gedacht. Das Schlafzelt wird in das wegen der Windanfälligkeit besonders feste Gerüst eingehängt; es läßt sich bei Tag zusammenschieben, wodurch der Wohnraum größer wird. Im Schlafzelt und unter dem Überdach können Sie überall aufrecht stehen. Die großen, oft auch kunststoffverglasten Fenster lassen genügend Licht herein; auch Zelte dieses Typs können Sie zur jeweiligen Sonnenseite hin öffnen. Plastik-Reißverschlüsse schließen Schlafzelt und Überzelt luftdicht ab.

4. Rundzelt

Das Rundzelt ist die eigentliche Urform des Zeltes. Der Wind kann solchen Zelten kaum etwas anhaben; Rundzelte wirken besonders elegant und sportlich durch ihre schlichte Form. Dieses Klepperzelt hat Platz für drei bis vier Personen und gewinnt durch eine zusätzliche Seitenwand einen großen Raum vor dem Schlafzelt.

Soeben erschienene Campingführer: **„DDC-Campingführer"** für In- und Ausland. Auslieferung durch Reise- und Verkehrsverlag, Stuttgart, Postfach 730, Preis DM 6,50.

„ADAC-Campingführer Deutschland" (Preis DM 4,90) und **„Internationaler Campingführer"** (Hamburg-München-Palermo-Gibraltar). Beide sind in der Verlagsgesellschaft mbH, München 22, Königstr. 9, erschienen; erhältlich bei allen ADAC-Geschäfts- und Informationsstellen.

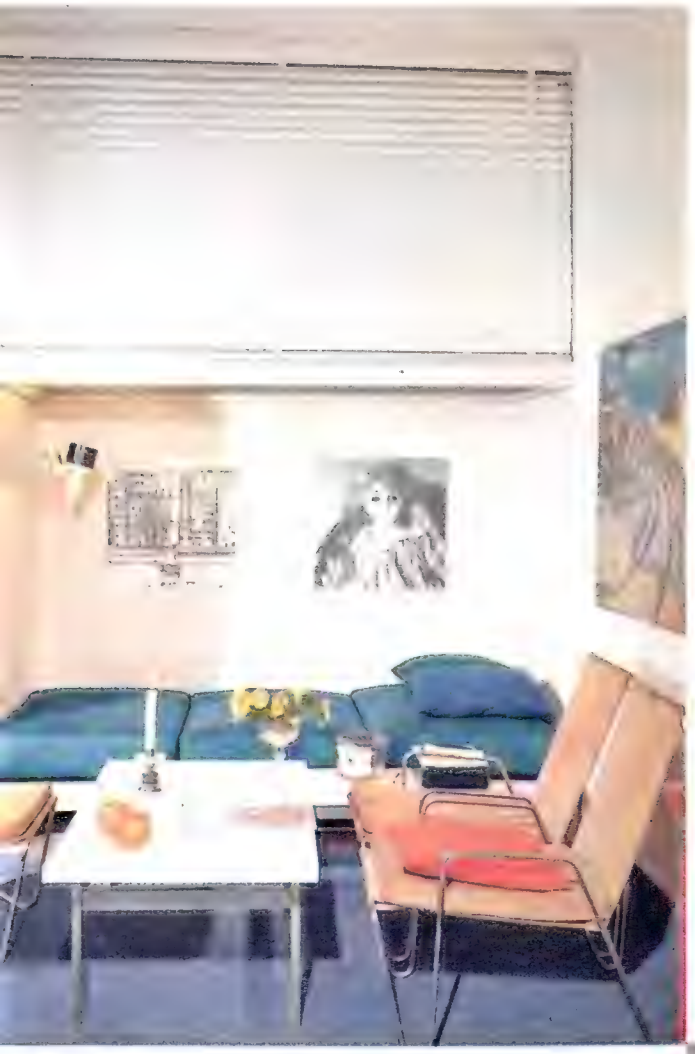
Aufnahmen: Wieland Wolff, Lübeck

Skin Dew macht jede Haut samtweich und geschmeidig

Versuchen Sie es selbst:
Kaum aufgetragen dringt Skin Dew sofort ein –
und schon ist Ihr Aussehen wie verwandelt.
Je trockener und empfindlicher Ihre Haut ist,
desto mehr wird Sie die gesunde Frische
und zarte Transparenz Ihres Teints
nach der Anwendung von Skin Dew überraschen.
Skin Dew kann sowohl am Abend als auch tagsüber
jederzeit angewendet werden.

Skin Dew ist eine leicht resorbierbare, nicht fettende Emulsion, die der Haut natürliche Feuchtigkeit zuführt und sie zu deren für die Schönheit so wichtigen Speicherung anregt.
Ideal als Unterlage für das Make up steigert Skin Dew dessen Wirkung und gibt Ihnen die Gewißheit, vollendet gepflegt zu sein.
DM 8,50 · DM 14,–
Beratung und Verkauf
in allen autorisierten Fachgeschäften.

Helena Rubinstein



In dieser sehr geschickt ausgenutzten Nische verbirgt sich tagsüber hinter einer Jalousette noch ein Oberbett. Hier wird auch das Bettzeug untergebracht. Leselampe und zwei Bilder machen den Ruheplatz noch reizvoller.

Ein winziger Schreibplatz für die Dame, ausreichend für die kleine Reiseschreibmaschine, ist im Stringregal eingerichtet. Der beim Trödler erstandene Stuhl, inzwischen wieder aufgemöbelt, gibt dem Platz die weibliche Note. Ein freistehendes, nur an der Decke verschraubtes Regal bietet genügend Raum für Bücher, Zeitschriften, Schreibzubehör und hübsche Gläser. Ein zartgrauer Leinenvorhang aus grobem Gewebe trennt den Raum von der kleinen Diele; dahinter verbirgt sich ein großer Kleiderschrank.

Aufnahmen: Orgel-Köhne/Berlin

Blick von der Sitzgruppe zum Eßplatz. Die im Biedermeierstil gehaltene Eßgruppe fügt sich gut in den sonst modernen Raum ein. Alle Biedermeier-Stühle sind mit blauweiß gestreiftem Chintz bezogen. Das sachliche Bücherregal (Hersteller Ronninger) im Hintergrund bildet zu dieser rund angeordneten Gruppe das richtige Gegengewicht. Neben der Balkontür eine hübsche alte Pendeluhr. Alle Farben sind aufeinander abgestimmt und stehen in einem guten Kontrast zu den weißen Wänden und zu dem weißen indischen Schafwollteppich.

Alles in einem Raum

Einraumwohnung mit Kleinküche und Bad in einem Neubau

In einem Raum arbeiten und essen
und schlafen — das müssen viele junge
Eheleute. Oft sieht es in einem
solchen „Allerweltszimmer" auch danach aus.
Auf der Bettcouch liegen
Schallplatten, Zeitschriften und Schreibpapier
wild durcheinander.
Mittendrin sitzt die junge Ehefrau mit der
Schreibmaschine auf den Knien.
Auf dem Tisch ist für die Maschine
kein Raum mehr frei, denn dort
behaupten Radio, Flaschen und Geschirr
ihren Platz. Es muß nicht alles so
durcheinander sein.
Auch Einraumwohnungen können
harmonisch aussehen. FÜR SIE
zeigt Ihnen hier, wie ein geschicktes
junges Paar dieses Problem gelöst hat.

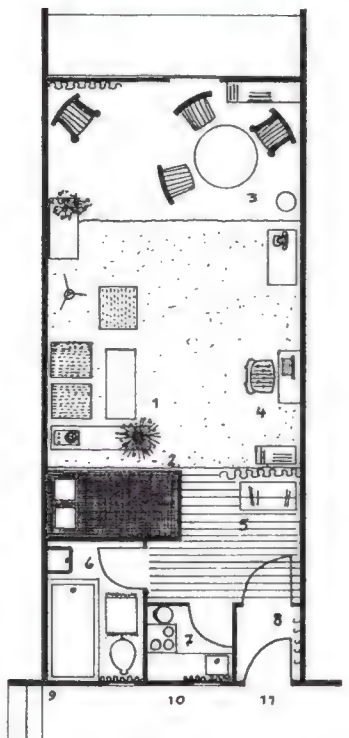
Sehr bequeme Sessel aus Stahlrohr mit Leder bilden einen gemütlichen Rahmen zu der Bettcouch in der Nische. Ein praktischer Tisch mit Metallgestell und Resopalplatte, Bilder und Leuchte runden diese nette Sitzgruppe ab.

Alles in einem Raum

Fortsetzung von Seite 167

Die Einraumwohnung liegt im fünften Geschoß eines Hochhauses und umfaßt etwa 36 Quadratmeter. – Oben der Eingang vom Laubengang, der zur Hofseite offen und durch Stützen und Gitter gegliedert ist. Zwei Oberlichtfenster neben der Wohnungstür, auch aus dem Grundriß ersichtlich, geben der Küche und dem Bad das nötige Licht.

In dem kleinen Windfang neben der Diele ist eine praktische Garderobe aus großem, wandschützendem Drahtgitter angebracht. An leicht verstellbaren Haken können Mäntel, und was für die Straße und das Auto dazugehört, aufgehängt werden. Die Hutablage und der Schirmständer sind mit dem Gitterwerk fest verbunden.



Neben dem Flur befindet sich die winzige Küche. Wichtig ist, daß man auf verhältnismäßig kleinem Raum viel unterbringen kann, das heißt, jedes Eckchen muß durchdacht und ausgenutzt werden. Alles, was die Hausfrau zum Kochen braucht, ist vom gleichen Standpunkt griffbereit eingeordnet (oben). Rechts der Herd, darüber ein Wandschrank für das Geschirr und weiter links, hier etwas verdeckt, die Spüle mit den Unterschränken. Gestreifte Plastik-Gardinen sind der einzige Schmuck in dieser absichtlich nüchtern gehaltenen Kleinküche.

Links ein Grundriß der Einraumwohnung. – Ein heller Schafwollteppich und ein dunkler Nylonteppich teilen den Raum auf und lassen ihn nicht so lang erscheinen. 1. Sitzgruppe mit Sesseln und Tisch (Herst. der Sessel: F. Hansens Eft. A/S, Kopenhagen, Dänemark). 2. Schlafnische mit Oberbett. 3. Eßgruppe. 4. Arbeitsplatz und Bücherregal. 5. Diele mit Kleiderschrank. 6. Bad und Waschraum. 7. Kleinküche. 8. Im Windfang die Garderobe. 9. Eingang. 10. Laubengang. 11. Wohnungstür. (Alle Aufnahmen: Orgel-Köhne, Berlin-Charlottenburg)

NEU

Unsere Vitaminversorgung ist gefährdet

PN 12 B

Jeder zweite von uns leidet an Vitaminmangel – und weiß es nicht

Untersuchungen ergaben: Nur wenige Menschen in der Bundesrepublik sind ausreichend mit Vitaminen versorgt – und die meisten wissen es nicht. Wenn unser Körper austrocknet, warnt uns der Durst; wenn uns Nahrung mangelt, warnt uns der Hunger – aber für den Vitaminmangel gibt es zunächst kein klares Signal. Deshalb startet PANVITAN die Aktion „Vitamine für alle".

Das müssen Sie über Vitamine wissen

Ohne Vitamine gibt es keine Gesundheit, denn Vitamine sind notwendige Bausteine des Lebens. Sie sind durch nichts zu ersetzen. Der menschliche Körper bildet sie nicht. Er braucht sie täglich neu. Und zwar **alle** Vitamine. Nicht nur ein Vitamin wie z. B. Vitamin C, das wir vielleicht mit Zitronen zu uns nehmen könnten. Die Wissenschaft bestätigt: Nur das biologische Gleichgewicht **aller** lebensnotwendigen Vitamine läßt Vitamine voll wirksam werden.

Die natürliche Vitaminversorgung ist gefährdet

Unsere tägliche Nahrung ist nachweislich vitaminarm. Moderne Anbaumethoden, Lagerung, Konservierung und Zubereitung (Kochen!) mindern oder zerstören die Vitamine. Der normale Bedarf des Menschen ist nicht mehr gedeckt. Zudem erhöhen geistige und körperliche Beanspruchung diesen Bedarf noch erheblich.

Das sind die Folgen:

So kommt es zu einem latenten Vitaminmangel mit all seinen Folgeerscheinungen: Wir fühlen uns müde, lustlos, abgespannt; unsere Leistung läßt nach; wir werden anfällig für Grippe und andere Infektionen. Wir müssen unserem Körper also **zusätzliche** Vitamine zuführen.

Wie sichern wir uns die lebensnotwendigen Vitamine?

Wir brauchen eine **sichere** Vitaminquelle zur Ergänzung unserer täglichen Nahrung – sicher und **für uns alle erschwinglich.** Hier ist sie: Jetzt ist es gelungen, die 12 lebensnotwendigen Vitamine in eine medizinisch wirksame Bonbonform zu bringen, ohne die Vitamine dabei zu zerstören.
Das ist für uns alle der sichere und bequeme Weg, unserem Körper täglich die lebensnotwendigen Vitamine zuzuführen. Auf PANVITAN können wir vertrauen.

Wissenschaftlich kontrollierte Zusammensetzung

PANVITAN-Vitamine für alle

Eine biologisch ausgewogene Kombination der 12 lebensnotwendigen Vitamine in wohlschmeckenden Bonbons.

Jedes PANVITAN-Bonbon enthält:

Vitamin A 1500 i. E. Wichtig für das Wachstum, die Sehkraft und die Ernährung von Haut und Haaren.
Vitamin B_1 1 mg. Wichtig für das Nervensystem und den Stoffwechsel.
Vitamin B_2 1 mg. Wichtig für die Zellatmung zur Erhaltung des Stoffwechsels.
Vitamin B_6 0,5 mg. Wichtiger Baustein zum Aufbau des Blutes, der Muskeln und Nerven.
Vitamin B_{12} 1 Gamma. Wichtig für den Aufbau der roten Blutkörperchen.
Nikotinsäureamid 5 mg. Wichtige Fermentbausteine zur Erhaltung der Haut und Zellwände.
Calciumpantothenat 1 mg. Wichtig zur Erhaltung des Haarwuchses und des Stoffwechsels.
Folsäure 0,1 mg. Wichtig für die normale Blutbildung.
Vitamin C 30 mg. Wichtig für alle Lebensvorgänge im Körper, zur Abwehr von Infektionen und zum Aufbau von Knochen und Zähnen.
Vitamin P 3 mg. Wichtig für den Stoffwechsel und die Elastizität der Zellgewebe.
Vitamin D_3 100 i. E. Wichtig für den Aufbau der Knochen und zur Vermeidung von Rachitis.
Vitamin E 1 mg. Wichtig für Herztätigkeit, Kreislauf und Muskelgewebe.

3 PANVITAN-Bonbons reichen aus, unseren täglichen Vitaminbedarf zu decken. Erwachsene, die körperlich oder geistig angestrengt arbeiten – auch Sportler! –, werdende und stillende Mütter, Kinder im Wachstumsalter und ältere Menschen nehmen mehr; auch bei Grippe- und Erkältungsgefahr erhöht sich der Bedarf. Wichtig ist, regelmäßig die Tagesdosis einzunehmen.

Taschenpackung mit 25 Bonbons DM 1,80

Besonders wirtschaftlich die Familienpackung für eine Vitaminkur 100 Bonbons DM 6,00

in Apotheken und Drogerien

Täglich etwas für unsere Gesundheit – täglich PANVITAN

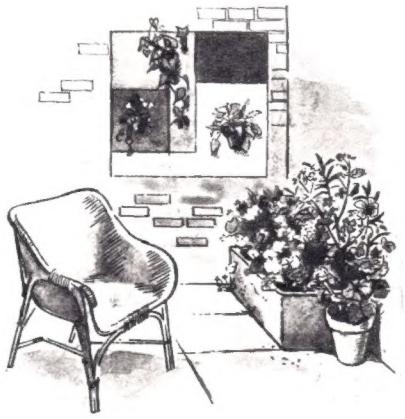
DRUGOFA KÖLN

Ungestört hinter schönen Gartenwänden

Die freien Stunden, die Sie im Sommer in Ihrem Garten oder auf der Terrasse hinter Ihrem Haus verbringen, werden Sie erst so richtig genießen, wenn Sie sich dort wirklich ganz unbeobachtet fühlen können. Auf unseren Fotos finden Sie Anregungen für Gartenwände aus vielerlei Materialien.

Zu einem Haus in ländlicher Umgebung paßt ein Zaun aus halbrunden geschälten Stammseiten, die versetzt mit der flachen Seite an die Pfosten genagelt werden. Der Schutzanstrich mit Karbolineum, der von Zeit zu Zeit gegen Witterungseinflüsse notwendig ist, gibt dem Holz eine schöne Färbung.

Wollen Sie sich im großen Garten ein gemütliches Eckchen schaffen, ist eine transportable Schutzwand aus Leichtmetall sehr praktisch. Die Wand ist mit einer farbigen Lackierung wetterfest gemacht und hat bewegliche Seitenflügel, die Sie nach Sonnenstand und Windrichtung einstellen können. (Luxaflex, Hbg.)



An einer geschützten Stelle Ihrer Gartenmauer können Ihre Zimmerpflanzen Sommerfrische machen: hängen Sie sie in Körbchen an einer farbigen Holzplatte auf.

Fotos: Mau, Eckelmann

Eine Gartenmauer aus einfachen Ziegelsteinen ist wetterfest und speichert die Sonnenwärme, ihr warmer Rotton harmoniert gut mit dem Grün des Rasens. Die Backsteine lassen sich in vielerlei abwechslungsreichen Mustern verlegen: hier wurden jeweils zwei Reihen senkrecht und waagerecht gemauert.

Ist das Rankgitter an Ihrer Gartenmauer nicht dicht bewachsen, füllen Sie die Lücken mit blühenden Topfpflanzen. Als Übertöpfe eignen sich buntbemalte Eimer.

Ungebrannte Tonröhren sind ein zwar ausgefallenes, aber durchaus brauchbares Material für eine Trennwand auf Ihrer Terrasse. Die Tonröhren werden in versetzten Reihen übereinander eingemörtelt, so daß nur noch rote Kreise sichtbar bleiben. Die Zwischenräume kalken Sie weiß. Die originelle Tonröhrenwand hat den Vorteil, daß durch die Öffnungen ein kühlender Luftzug streichen kann. Trotz ihrer vielen Öffnungen ist die Mauer nicht sehr durchsichtig. Als Kletterwand für Rankpflanzen gut geeignet.

Für Reihenhausterrassen eignen sich die preiswerten Reetmatten als unaufdringliche Trennwand. Zuerst müssen Sie allerdings für ein Lattengestell sorgen, an dem die Matten festgebunden werden können. Im Sommer sollten Sie vor diese Wand Blumenkästen stellen und grüne Rankpflanzen daran emporwachsen lassen. Sehr schnell wächst und rankt die orangegelb blühende Kapuzinerkresse. Während des Winters sollte die Mattenwand nicht im Freien bleiben, da ihr Aussehen unter der Feuchtigkeit leidet.

1.95
20 den.
Gr. 9½
rot
weiß
der elegante Strumpf
1. Wahl
mit
Garantie